

しんがたころなういるすかんせんしやうかくだいぼうし
新型コロナウイルス感染症拡大防止のために

しみんそうごうたいいくかん とれーにんぐるーむ のぞ りよう みな 市民総合体育館(トレーニングルームを除く)を利用される皆さまへ

ひと みつしゆう かんせんぼうしだいさく こう りよう さいかい
人が密集しないことなど感染防止対策を講じ、の利用を再開します。

りようしゃ じゆんしゆ じこう 利用者が遵守すべき事項

い か じこう がいとう ばあい じしゆてき りよう みあ
①以下の事項に該当する場合は、自主的に利用を見合わせてください

りようまえ けんおん おこな どいじよう はつねつ ばあい へいねつ どいじようたか ばあい
□利用前に検温を行い、37.5度以上の発熱があった場合(または平熱より1度以上高い場合)

たいちやう ばあい いきぐる こきゆうこんなん つよ けいど せき いんどうつう しょうじやう
□体調がよくない場合(息苦しさ(呼吸困難)・強いだるさや軽度であっても咳、咽頭痛などの症状がある場合)

どうきよかぞく みちか ちじん かんせん うたが かた ばあい
□同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

か こ にちいない せいふ にゆうこくせいげん にゆうこくご かんさつきかん ひつよう くに ちいきどう
□過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合

ますく じさん きが じ いどうじとう すぽーつ おこな さい かいわ さい
②マスクを持参すること(着替え時、移動時等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用すること)

てあら
③こまめな手洗い、うがいをする

りようしゃどうし きより いじよう かくほ しょう しゃ ゆうどう かいじよ おこな ばあい
④利用者同士の距離(できるだけ2m以上)を確保すること(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)

りようちゆう おお こえ かいわ おうえんどう
⑤利用中に大きな声で会話、応援等をしないこと

かんせんぼうし しせつかんりしゃ き た そち じゆんしゆ しせつかんりしゃ しじ したが
⑥感染防止のために施設管理者が決めたその他の措置の遵守、施設管理者の指示に従うこと

かつどうないよう かいじよう りようせいげん かんせんりすく さ かんせんかくだい ぼうし りかい
活動内容・会場によっては、利用制限があります。感染リスクを避け、感染拡大を防止するため、ご理解、ご協力をお願いします。

りようしゆうりようご しゆうかんい ない しんがたころなういるすかんせんしやう はつしやう ばあい しせつかんりしゃ たい
⑦利用終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、施設管理者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること

しせつりようぜんご みーていんぐ きょくりよかんそか みつ みつ さ
⑧施設利用前後のミーティングは極力簡素化し、三つの密を避けること

おおにんずう りよう かんせん りすく たか にゆうじやうしやう きょくりよかんそく
⑨大人数での利用は感染のリスクが高くなるため、入場者数は極力少なくすること

かくじ ごみ も かけ
⑩各自のゴミは、持ち帰ること

りようしゃ なまえ れんらくさき はあく
⑪利用者の名前、連絡先を把握してください

しんがたころなういるすかんせんしやうぼうたいさくおよ かんせんしや かんせん うたが ひと はつせい ばあい しょかつ
新型コロナウイルス感染症予防対策及び感染者や感染の疑いのある人が発生した場合に、所轄保健所等と連携を図れるようにするため、速やかな名簿の提出をお願いします。

かんき おこな
⑫こまめな換気を行ってください

利用者が運動・スポーツを行う際の留意点

① 十分な距離の確保

□ 運動・スポーツの種類に関わらず、運動・スポーツをしていない間も含め、感染予防の観点から周囲の人となるべく距離を空けること(介助者や誘導者の必要な場合を除く)

□ 強度が高い運動・スポーツの場合は、呼吸が激しくなるため、より一層距離を空けること

② 位置取り: 走る・歩く運動・スポーツにおいては、前の人の呼吸の影響を避けるため、可能であれば前後一直線に並ぶのではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置をとること

③ タオルの共用はしないこと

④ 飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を取って対面を避け、会話は控えめにすること

⑤ 運動・スポーツの際の栄養補給等として飲食物を利用者に提供する際は、以下などに配慮して適切に行うこと

□ 利用者が飲食物を手にする前に、手洗い、手指消毒を行うよう声をかけること

□ 飲食物を取り扱うスタッフにはマスクを着用させること

□ スポーツドリンク等の飲料については、ペットボトル、ビン、缶や使い捨ての紙コップで提供すること

上記の項目は、利用にあたっての最低限の項目となります

この他、競技内容などにより必要な対策をお願いします

感染予防にご協力ください！