

体育施設ご利用にあたって

(新型コロナウイルス感染症拡大防止のため)

利用者が遵守すべき事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的にご利用を見合わせる
 - ◇体調が良くない場合（例：発熱・咳・咽頭痛・倦怠感・呼吸困難・嗅覚味覚異常の症状など）
 - ◇同居家族や身近な知人に感染が疑われる場合
 - ◇過去14日以内に感染が引続き拡大している国・地域への訪問歴がある場合
- マスクを持参すること
 - ◇スポーツを行っていない際や会話をする際には必ずマスクの着用をすること
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること
 - ◇タオルの共用はしないこと
- 他の利用者、施設管理者スタッフ等との距離を確保すること（できるだけ2m以上）
（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く）
- 利用中におおきな声で会話、応援をしないこと
- 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
- 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報告すること
- 三つの密（密閉・密集・密接）を避けること
- 鼻水・唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、持ち帰ること

スポーツ庁ガイドライン参照

運動、スポーツを行う際の留意点

- 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
- 走る・歩く運動、スポーツにおいては前の人の呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線上に並ぶのではなく、並走、あるいは斜め後方に位置取ること
- 運動・スポーツ中に、唾や痰を吐くことは極力行わないこと
- タオルの共用はしないこと
- ドリンクの回し飲みはしないこと

スポーツ庁ガイドライン参照