

新型コロナウイルスの感染拡大を予防するためにご協力ください！

基本事項

- 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る
 - ・体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
 - ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ・政府が定める所定期間内に入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等からの入国者との濃厚接触がある場合
- 2 会話をする際や相手との適切な距離をとれない場合は、マスクの着用にご協力ください。（苦しい時、熱中症の恐れがある場合を除く）
- 3 こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を徹底実施すること
- 4 他の利用者、施設管理者等との距離(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）
- 5 利用中に大きな声で会話、応援等をしないこと
- 6 出入口は開放、窓は30分に1回以上、かつ、1回に5分間以上開放し、換気をする
- 7 ミーティング時においても、三つの密(密閉・密集・密接)を避けること
- 8 ごみは各自で持ち帰ること
- 9 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

運動・スポーツ時の留意点

- 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時間も含め、感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離（2m）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・スポーツにおいては、呼気が激しくなるため、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、前の人の呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線ではなく、並走あるいは斜め後方に位置取ること
- 3 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
- 4 団体が運動・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掛けること
 - ・スポーツドリンク等の飲料は、ペットボトル・ビン・缶や使い捨ての紙コップで提供し、回し飲みはしないこと