

スポーツ施設をご利用の皆様へ

1. 施設利用時の留意事項

- (1)以下の事項に該当する方は、自主的にご利用をお控えください
 - ☞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
 - ☞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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- (2)団体代表者は、団体利用者について、上記1(1)の事項を遵守するとともに、利用当日の健康状態や氏名、年齢、住所、連絡先（電話番号）を把握しておいてください
- (3)マスクの着用を徹底してください（運動時は可能な範囲でお願いします）
- (4)こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施してください
- (5)他の利用者、施設管理者スタッフ等との距離（できるだけ2m以上）を確保してください（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く）
- (6)利用中の大きな声での会話、応援等は控えてください
- (7)備品を使用した際は消毒を行ってください
- (8)感染防止のために施設管理者が決めたその他の措置や指示に従ってください
- (9)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ご連絡ください
- (10)施設利用前後のミーティングや懇親会等においても、三つの密を避けてください
- (11)ご利用にあたりチェックシートをご提出ください
- (12)万が一、感染者が確認された時に備え、ご利用の際は氏名・連絡先等の記入をお願いいたします（収集した情報は、感染者が発生した時、保健所等の公的機関へ提供する場合があります）

2. 運動・スポーツを行う際の留意点

- (1)十分な距離を確保してください
 - ☞活動の種類に関わらず、感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離（※）を空けてください（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てください

（※）感染予防の観点からは、少なくとも2mの距離を空けることが適当です
- (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に並ぶのではなく、並走する、☒あるいは斜め後方に位置取る等の工夫をしてください
- (3)運動・スポーツ中に、唾や痰をはくことは極力行わないでください
- (4)タオルの共用はしないでください
- (5)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、会話は控えめにしてください
- (6)飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外に捨てないでください
- (7)イベント主催者等が運動・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、以下の事項に配慮して適切に行ってください
 - ☞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てください
 - ☞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してください
 - ☞飲食物を取り扱うスタッフにはマスクを着用させてください
 - ☞所定の場所で行うよう施設管理者と協議してください