

新型コロナウイルスに関する感染予防対策について

ご利用される皆様がより安心して教室に参加していただくため、感染防止策の強化等を実施してまいります。教室のご参加に関しては「密集」「密接」「密閉」の3つの密が重ならないように注意を払うとともに、手洗い・うがいの徹底やマスクの着用のほか、フィジカルディスタンス(身体的距離の確保)に配慮した対策を進めてまいります。皆様におかれましては、ご自身の健康管理に十分留意していただき、下記記載の症状がある方や該当する点がある方、基礎疾患がある方はご利用をお控えいただきますようお願い申し上げます。

なお、政府の発表等により追加・変更させていただく場合もございます。ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

◆感染予防の為、しばらくの間、以下の点を厳守の上ご参加いただきますようお願い致します。

- ・発熱（37.0度以上）や比較的軽い風邪の症状がある方
- ・咳・たん・胸部に不快感がある方
- ・味覚・嗅覚に少しでも違和感のある方
- ・新型コロナウイルス感染症の陽性者と濃厚接触のある方
- ・同居家族や身近な接触者に新型コロナウイルス感染の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発表されている国・地域への渡航、並びに当該在住者と濃厚接触がある方
- ・その他、同居家族や身近な接触者に上記症状がみられる方

◆次の疾病や服薬中の方は新型コロナウイルスに感染した場合、重症化のリスクが高いため極力ご利用はお控え下さい。

- ・糖尿病・心不全・呼吸器疾患（COPD等）の基礎疾患がある方や透析を受けている方
- ・免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

◆高齢者の方は運動前に体調チェックと予防対策に万全を期してください。

(1) 参加者皆様の体調確認

- 教室参加時に検温を実施、発熱（37.0度以上）や風邪の症状、体調不良の場合は利用を控える

(2) 館内衛生管理の徹底

- 定期的にドアノブや手すり等の除菌清掃の実施
- 手洗いの徹底

(3) 密閉の回避（換気の強化）

- 1時間あたり空気の入替え（目安：3回以上）

(4) 密集の回避

- 教室の定員制限による参加者の利用間隔の確保
- 参加者同士両手を広げてぶつからない程度の間隔を確保

(5) 密接の回避（近距離での会話・発声等の回避）

- 運動中以外のレッスン前後は必ずマスクを着用
- レッスン中の掛け声などの大きな声の発声や、ハイタッチ、握手などの接触の回避

(6) 参加時のお願い

- マスク着用でご入館ください。
- 開催場所や内容に応じて、定員制とさせていただきます。
※定員制の教室：**らくらくヨガストレッチ教室、ZUMBA教室、TRX教室**（6.1現在）
- 教室参加時に必ず体温計にて検温をしていただきます。
- レッスン前、レッスン後は必ず手指の消毒をお願いします。
- 更衣室の利用は極力避けていただくようお願いいたします。万が一利用される場合は、利用者同士の距離（間隔）にご配慮いただき、会話はお控えください。会話をする場合はマスク着用のいただきできる限り、速やかに退出をお願いします。
- くしゃみや咳がでるときは、ティッシュなどで鼻と口を覆うなど、咳エチケットをお願い致します。