

# スポーツ施設を利用する際のお願い

## 利用する際は次の点を遵守してください

- 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。
  - 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭通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日以内に特定警戒地域や感染拡大注意地域等への訪問又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- マスクを持参してください。
- 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（最低1m））を確保してください。
- 利用中に大きな声で会話、応援等をしないでください。
- 施設使用前後においても、三つの密を避けてください。

## スポーツを行う際は次の点に注意してください

- 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）。
  - 強度が強い運動・スポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空けること。
- 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こと。
- 運動時のマスク着用による身体へのリスクを考慮すること。
- 運動・スポーツ中に、咳や痰をはくことは極力行わないこと。
- タオルの共用はしないこと。
- 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。
- 飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外（例えば走路上）に捨てないこと。

## チェックシートへの記入について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、施設管理者より氏名・住所・電話番号などの記入をお願いする場合がありますので、ご協力をお願いいたします。

記入いただいた個人情報は、必要に応じて保健所などの公共機関へ提出することがあります。