

## 《遵守事項》

- 次に該当する場合は、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、喉の痛みなどの症状がある場合）
  - ・同居している家族や身近な知り合いの人に感染が疑われる方がいる場合
  - ・利用日前の過去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、地域等への渡航または渡航歴がある人との濃厚接触がある場合。
- マスクを持参し、運動を行っていないときや会話をするときにはマスクを着用すること。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行うこと。
- 他の利用者や施設管理者等との距離を確保すること（できるだけ2m以上、但し、障害者の誘導や介助を行う場合は除く）。
- 活動中に大きな声で会話や応援等をしないこと。
- 感染防止のために施設管理者が決めたその他の対策の遵守、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、速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。
- 施設利用前後のミーティング等においても三つの密を避けること。

## 《活動時の注意点》

- 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、周りの人となるべく距離を空けること（できるだけ2m以上、但し、障害者の誘導や介助を行う場合は除く）。
  - ・呼気が激しくなるような運動については、より一層の距離を空けること。
- ランニングやウォーキングをする場合には、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ばず、並走や斜め方向に位置取りをすること。
- 運動中に、唾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。
- 飲食をする場合は指定の場所以外では行わず、周り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は、必ず水盤に捨てること。

特に、スポーツ少年団や子ども会等の活動の際には、指導者や保護者等の皆様から上記事項について十分に配慮いただきますようお願いいたします。