

新型コロナウイルス感染防止対策チェックリスト

【多目的施設（体育館施設）利用者用】

利用する前にご確認ください。

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（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある）

同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる

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

マスクの持参（休憩時など会話をする際にはマスクを着用してください。）

こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施する

他の利用者や施設職員との距離（できるだけ2m以上）を確保する

利用中におおきな声で会話、応援等をしない

管理者が決めたその他の措置を守り、職員等の指示に従う

運動・スポーツを行う時にご注意ください。

十分な距離の確保

スポーツをしている間も含め、周囲の人となるべく距離（ ）を空ける
（ ）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。

強度が高いスポーツの場合は、より一層距離を空ける

走る・歩く時は、前の人の呼吸の影響を受けないよう一直線に並ばず、並走する
あるいは斜め後方に位置をとる

スポーツ中に、唾や痰をはくことは行わない

タオルやラケットなどの道具の共有はしない

飲みきれなかったスポーツドリンク等を施設内に捨てない

鼻水、唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、自宅に持ち帰るなど個人で処理する

（ ）ゴミを扱う時はマスクや手袋を着用し、終わったら石鹸と流水で手を洗い、
手指消毒する

問合せ フレッシュランド西多摩

電話 042-570-2626