

# 胎内市スポーツ施設利用時の 感染防止チェックリスト（利用者向け）

## 利用者が運動・スポーツを実施する際に遵守すべき事項

- 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状）や同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合等は自主的に利用を見合わせる事。
- マスクを持参すること（受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をしている際にはマスクを着用すること）。
- 施設利用前後には必ず手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。また、利用中もこまめに励行すること。
- 利用中に大きな声で会話、応援等をしないこと。
- 十分な距離を確保すること。運動やスポーツの種類に関わらず、運動や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。（少なくとも2mの距離を空けることが望ましい）
- 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。
- 利用後は手の触れた、共用の場所・用具（ドアノブ・トイレのレバー・ネット支柱等）を消毒してから帰宅すること。
- タオルの共用、ドリンクの回し飲みはしないこと。
- 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について報告すること。
- 感染防止のために施設管理者が決めたその他の措置の遵守、施設の管理者の指示に従うこと。