

# 屋内体育施設ガイドライン

## 代表者が遵守すべき事項

- 体調がよくない人（例:発熱・咳・咽頭痛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人がいる場合は参加を見合わせてください
- 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場合は参加を控えてください
- 参加者は必ずマスクを持参のうえ、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する際にはマスクを着用してください
- アルコール等の手指消毒液を用意して、参加者の手指消毒の実施をしてください
- 利用時間30分毎に、全競技者・引率者・指導者が必ず競技を中断し、「手洗い・うがい」を行うことを徹底ください
- 利用者把握のため、参加者全員の氏名・住所・連絡先を利用名簿に記入いただくか参加者名簿（必要事項が記載されたもの任意様式）を提出してください
- 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した参加者が確認された場合は、速やかに総合体育館へ参加者・濃厚接触者の有無等について報告してください
- 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、引率者も含め、感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離（※）を空けてください（介助者や誘導員が必要な場合は除く）  
（※）感染予防の観点からは、できるだけ2m以上の距離を空けることが適当とされています
- 強度が高い運動・スポーツの場合は、呼吸が激しくなるため、より一層距離を空けてください
- 鼻水、唾液などの付いたゴミは、ビニール袋に入れて縛り密封してください。ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用してください
- ゴミを回収し、マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒を行ってください
- 館内全施設換気のため排煙窓・網戸の付いた窓・アリーナ掃き出し窓は全て開放する場合があります。勝手に閉めないでください（窓は触らないでください）
- 各施設の決められた利用人数・面数規制・規制設置台数を超えないようにしてください

# 屋内体育施設ガイドライン

## 参加者が遵守すべき事項

- 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）は利用しないでください
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合は利用しないでください
- 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場合は参加を控えてください
- 「個人 利用者名簿」に、氏名・住所・連絡先を記入してください
- 各施設の決められた利用人数・面数規制・規制設置台数を超えないようにしてください
- 運動・スポーツを行っていない時や会話をする際にはマスクを着用してください
- 30分毎に、手洗い・うがいを実施してください
- 他の参加者、指導者等とできるだけ2m以上の距離を空けてください（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く）
- 大きな声で会話、応援等は控えてください
- 感染拡大防止のため、本ガイドラインや、施設利用制限の内容、管理者の指示に従わない場合は、入館をお断り、又は退館していただく場合がありますのでご注意ください
- 参加後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、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無について報告してください
- 運動・スポーツ前後のミーティングにおいても、三つの密（密閉・密集・密接）を避けてください
- 当面の間、更衣室・シャワー・ロッカーの利用は禁止とさせていただきます
- 原則、引率者は玄関より中への入館は禁止致します。入館する場合は、「引率者名簿」に氏名・住所・連絡先を記入していただきます。お子さん等を引率後に退館されない場合は、第1競技場観覧席にてお待ちください。ただし、引率者が60名以上の場合は入館をお断りすることがあります
- 職員より検温の要請があった場合は、ご協力をお願いいたします

# 屋内体育施設ガイドライン

## 参加者が運動・スポーツを行う際の留意点

- 感染予防の観点から、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、周囲の人となるべく距離（※）を空けてください（介助者や誘導員が必要な場合は除く）  
（※）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切とされています
- 強度の高い運動・スポーツの場合は、呼吸が激しくなるため、より一層距離を空けてください
- 位置取り：前の人呼吸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、並行する、あるいは斜め後方に位置を取るようになしてください
- 運動・スポーツ中に、唾や痰を吐くことは絶対に行わないでください
- 競技中に極力大きな声での会話はしないでください
- タオル・ペットボトル・水筒・アイシングバッグなどの共用はしないでください
- 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、会話は控えめにしてください
- 飲み切れなかったスポーツドリンク等は必ず持ち帰ってください
- 鼻水、唾液などの付いたゴミは、ビニール袋に入れて密封して縛り、ごみを回収する人は、マスクや手袋を着用してください。またマスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒を行ってください
- 館内全施設換気のため排煙窓・網戸の付いた窓・アリーナ掃き出し窓は全て開放する場合があります。勝手に閉めないでください（窓を触らないでください）
- ランニングコースは極力2m以上間隔を保ってご利用ください