

総合スポーツセンタートレーニングルーム利用時感染症対策チェックシート

総合スポーツセンタートレーニングルームを利用するにあたっては、下記の確認事項並びに留意点について同意し、ご利用をお願いいたします。

<利用前に確認すること>

- 昭島市民である（在勤・在学含む）
- 以下のいずれかに当てはまる方は参加していない
 - ① 本人や同居家族に発熱や体調不良などの症状がある方
 - ② 本人や同居家族が、2週間以内に海外に行った方
 - ③ 2週間以内に、新型コロナウイルスに感染している、もしくは感染が疑われる症状のある方と接触した方
- マスクの持参
- 利用時間、入替制、人数制限等について了解している
- 利用可能な機器等について制限があることを了解している
- 更衣室内のシャワーは使用できないことについて了解している
- 一人一日一枠のみの利用について了解している

<利用中及び利用後の留意点>

- 十分な距離の確保
 - ① トレーニングの種類を問わず、トレーニングを行っていない間も含めて、感染予防の観点から周囲の人となるべく2m程度の距離をあける（介助者や誘導者の必要な場合を除く）
 - ② 呼吸が激しくなるトレーニングは行わない
- 施設内では、器具等の利用の有無を問わずマスクを着用する
- 水分補給以外での飲食は行わない
- こまめな手洗いやアルコール等による手指消毒を実施する
- 更衣室利用の際には、人数制限に協力しマスクを着用して利用する
- 利用中の他人との会話は最小限とし、極力行わない
- 利用中に大声での発声や応援、握手・ハイタッチ等をしない
- 利用した器具等については、使用終了後に各自で消毒を行う
- 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には、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
- 感染防止対策のため、ルールを順守しスタッフの指示に従う

上記全ての内容について遵守し、責任をもってトレーニングルーム施設を利用します。

利用日時	令和 年 月 日	午前・午後	時 分	～午前・午後	時 分
住所		氏 名	(TEL)		

※在勤・在学の場合は、勤務先又は学校名も併せて記載すること