

新型コロナウイルス感染防止対策チェックリスト

耕野振興会

利用者が遵守すべき事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に利用を見合わせる（利用当日に書面で確認）
 - 体調が良くない場合（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方がいる場合
 - 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場合
- マスクを持参すること（受付時や着替え等のスポーツを行っていない際や会話する際にはマスク着用）
- 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こと（施設内への出入り時も含む）
- 他の利用者、施設管理者等との距離（できるだけ 2m 以上）を確保すること
- 利用中に大きな声で会話、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措置の遵守、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や懇親会においても、三つの密を避けること

運動・スポーツを行う際の留意点

- 十分な距離の確保
 - 運動の種類に関わらず、運動していない間も含め、感染予防の観点から周囲との距離を空けること
 - 呼気が激しくなる運動は、より一層距離を空けること
- 走る・歩く運動においては、前の人の呼気の影響を避けるため、前後に並ぶのではなく、並走あるいは斜め後方に位置取ること。
- 運動中に、唾や痰を吐くことは行わないこと
- 飲食については、周囲の人となるべく距離を取って対面を避け、会話は控えめにすること
- 食べ残し、飲みきれなかった飲食物については、必ず持ち帰ること
- 飲食物を手にする前に、手洗い・手指消毒を行うようにすること

令和 2 年	月	日	
氏名			

参加者名簿

令和2年 月 日

No.	氏名	連絡先	備考