

千葉市コミュニティセンターフィットネスルームご利用にあたっての 新型コロナウイルス感染防止対策について

日頃から、コミュニティセンターをご利用いただき誠にありがとうございます。

政府の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」においては、新型コロナウイルス感染症の感染リスクとして、接触、飛沫等による感染リスクが指摘されています。

当分の間、コミュニティセンターフィットネスルームのご利用にあたっては、下記の注意事項を遵守いただけますようお願いいたします。

フィットネスルームをご利用するにあたっての注意事項

- (1) 施設内では、正しいマスクの着用をお願いします。
- (2) 各種スポーツプレー中のマスク着用を推奨します。

【スポーツプレー中にマスク着用する際は、以下についてご注意ください！】

運動強度が高いと考えられるスポーツについては、マスクを着用することにより十分な呼吸ができずに人体に悪影響を及ぼす危険性があります。

また、気温、湿度が高い中でマスクを着用する際は、熱拡散が妨げられることで熱中症のリスクが高くなりますので、十分にお気を付けください。

- (3) 利用中に大きな声での会話、応援等しないようお願いします。特にマスクを着用しない間は、会話や発声を控えてください。
- (4) こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒をお願いします。
- (5) スポーツの種類に関わらず、スポーツを実施していない間も含め、感染予防の観点から、他の利用者（グループ）等と十分な距離（少なくとも2m以上）を確保するようお願いします。（障害者誘導や介助を行う場合を除きます。）
- (6) 走る、歩く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ようお願いします。
- (7) スポーツ中に、唾や痰を吐くことは行わないようお願いします。
- (8) タオルの共用はしないようお願いします。
- (9) 水分補給の際は、周囲の人となるべく距離を取って対面を避け、会話は控えめにし、咳エチケットを徹底するようお願いします。（会話をする時はマスク着用してください。）

※上記注意事項に限らず、関連する業界団体が作成するガイドラインを遵守したご利用をお願いします。