

## 各種教室を受講される方へ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、そして何より受講者ご自身の予防のため、当面の間、以下の対応をとっております。ご理解と厳守の上受講いただきますようお願い申し上げます。

◎受講前に**検温、体調確認**表を記入し提出してください。

※質問事項のうち一つでも該当した場合は入館できません。(裏面参照)

◎館内では**マスクを着用**してください。(受講中も着用を推奨)

※息苦しさを感じた時は、すぐにマスクを外すことや休憩を取るなど、無理をしないでください。

(特に外気を取り込みにくいN95等のマスクはご注意ください。)

◎こまめな水分補給を心掛け、冷感タオルを準備するなど各自で**熱中症の対策**をしてください。

◎**エクササイズマットの利用を中止**しています。  
(各自でヨガマット等をご持参ください。)

◎**更衣室(シャワー室含む)の利用を中止**しています。

◎館内**スリッパを撤去**しています。

◎利用時の**手指の消毒、手洗いの徹底**してください。

◎館内での**会話**は極力**控えて**ください。

◎**対人距離**をできるだけ**2m**を目安に保ってください。

◎館内**滞在時間**をできるだけ**短く**してください。

## 裏

**以下の事項のうち一つでも該当した場合は入館できません！**

- ① 現在平熱を超える発熱がある
- ② 体がだるい(強い倦怠感)
- ③ 咳が出る
- ④ 息苦しい
- ⑤ その他身体症状がある(頭痛、鼻水、味覚の異常等)
- ⑥ 過去2週間以内に風邪のような症状があり、受診・内服した
- ⑦ ⑥に該当した場合受診した結果、感染症と診断されている
- ⑧ 過去2週間以内の渡航歴がある
- ⑨ 濃厚接触者として経過観察を受けている
- ⑩ 同居家族や常時接触する人に発熱、咳などの症状がみられる

**ご注意ください！**

- ◎高齢者の方は、運動前の体調チェックと予防対策に万全を期してください。
- ◎糖尿病、心臓病、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、人工透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤を用いている方については、新型コロナウイルスに感染しますと重篤化の可能性がありますので、ご自身の安全のため、しばらくの間、ご入館について注意してください。

◀ (一財) 日本フィットネス産業協会：新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドラインより ▶