

# 令和2年6月 トレーニングルーム個人利用日程のご案内

ご利用いただけない日・時間

1日(月) 9:00~21:00  
《施設整備のため》

◆新型コロナウイルス感染拡大防止のため、以下に該当すると感じる方の

ご利用はお断りさせていただきます。[本人・身内・身近な方に次の症状がある方]

- ・熱がある方
- ・咳やくしゃみなどの風邪症状が続いている方(軽症も含む)
- ・咳・痰・胸部不快感がある方
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさがある方
- ・味覚・嗅覚に少しでも違和感のある方
- ・新型コロナウイルス感染症陽性とされた方と濃厚接触のある方

◆ご利用にあたって次の事項について、ご理解・ご協力をお願いいたします。

- 必ずマスクやネックゲイター等で確実に鼻と口を覆ってください。
- マスク等を着用の上で無理なく運動が可能な範囲(強度)での運動にしてください。
- 入室時には消毒液にて必ず掌及び手の甲、指先も丁寧かつまんべんなく消毒を行ってください。
- 他の方との距離をとってのマシン・器具利用をお願いします。  
密集・密接しての会話やトレーニング補助等のご遠慮ください。  
※スタッフによる使用説明等も必要最低限のご説明とさせていただきます。
- マシン・器具使用後は必ずアルコール消毒液を含んだタオルで拭き取りをお願いします。  
(受付時にお渡しします。)
- マスクの着用ができないエリア(更衣室・シャワー室等)での会話は極力お控えください。
- 高齢者の方は特に運動前の体力チェックと予防対策の徹底をお願いします。
- 新型コロナウイルスに感染すると重症化する恐れのある、糖尿病、心臓疾患、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等を用いている方はご利用を自粛してください。

◆その他スタッフの指示には従っていただくようお願いします。

ご利用にあたり受付時の体調確認・体温チェックにご協力いただくとともに、万が一の場合に備えてご利用者(団体利用は代表者様のみ)のお名前・連絡先の記載をお願いします。

※クライミングウォールにつきましては、感染拡大防止のため当面の間利用中止とさせていただきます。再開につきましては、ホームページ等でご案内いたします。

ご利用の皆様には、ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をいただきますよう、お願いいたします。

【お問い合わせ】

総合体育館フィットネスプラザ TEL 082-502-0073 FAX 082-502-0109