

【フィットネスプラザ内トレーニングルーム利用再開のお知らせ】

- 1 再開開始日：令和2年5月26日（火）より
- 2 利用時間：9時～21時（受付時間は20時まで）
- 3 新型コロナウイルス感染予防のため、次の事項についてご理解・ご協力をお願いいたします。

利用人数が多い場合は、50人を目安に入場制限を行うことがありますので、状況によりご利用いただけない場合があります。

また、一部マシン・器具の使用を制限させていただいております。

ご利用時は、次の確認事項へのご承諾をお願いいたします。

◆以下に該当すると感じる点があ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、該当する点があるご利用者】

- ・熱がある方
- ・咳・痰・胸部不快感がある方
- ・咳やくしゃみなど風邪の症状が続いている方（軽い症状の方も含む。）
- ・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の濃厚接触がある方

◆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。
- ◆トレーニングルームへの入室時、入口の消毒液にて必ず手指の消毒をしてください。その際、掌だけでなく、指先、手の甲等を丁寧かつまんべんなく行ってください。
- ◆利用時は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。）
- ◆マスク等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。
- ◆中学生及び高校生のご利用については、5月31日（日）まで自粛をお願いします。また、新型コロナウイルスに感染すると、重症化の可能性がある、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。

- ・ご利用にあたっては受付時の体調確認・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（団体利用の場合は代表者様のみ）のお名前・連絡先の記載をお願いします。

ご利用者の皆様には、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