

# 体育施設利用団体等の皆さんへのお願い

令和4年4月1日  
天草市民センター

## ◇体育施設利用に当たってのお願い◇

体育館、及び武道館の利用に当たり、当面の間は、比較的少人数でのご利用をお願いいたします。さらに、以下のような条件を満たすことをお願いいたします。

① 三つの密（密閉、密集、密接）の発生がないこと

② 大声での発声や声援、近接した距離での会話等は控える

③適切な感染防止対策 入場者の制限、手指の消毒設備の設置  
マスクの着用、室内の換気等行うこと

社会体育団体の主宰者だけでなく、参加者を含む関係者全員が感染防止のために取り組むことが必要です。皆さんのご協力をお願いします。

なお、上記の感染防止策を遵守できない参加者には、他の社会体育等の利用者の安全を確保する等の観点から、施設の利用許可を取り消したり、途中退館を求めたりすることもあります。

## ◇入館受付時のお願い◇

入館前に代表者が受付にてサインをして、鍵を受け取るか、または開錠を申し出てください。その際《**感染拡大防止確認シート**》をお渡ししますので参加者全員の氏名、連絡先、症状等の質問、その日の体温（お持ちでない場合は体温計をお貸しします）を記入したものを、**練習などを開始する前までに受付に提出してください。**なお、ホームページからダウンロードして事前に準備して頂くことも可能です。その際、健康チェックと体温はあくまでも利用当日にお願いします。また以下の事を遵守してください。

① 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせること。

ア 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）

イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

ウ 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

② マスクを着用すること。（運動時も着用を推奨します。参加受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際やミーティングなどの会話をする際には必ずマスクを着用すること。）

③ 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。

④ 他の参加者、主宰者スタッフ等との距離を 1m以上（できれば 2 m以上）確保すること。（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。）

⑤ 施設利用中に大きな声で会話、応援等をしないこと。

⑥ 練習参加後 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、主宰者を通じて当センターに対して速やかに濃厚接触者の有無等を含めて報告すること。

## ◇その他お願いしたいこと◇

- ・入場前に参加者が入り口前で密集しないようにご指導ください。
- ・運動中もマスクの着用を前提としたトレーニングの計画や運動強度を調整するなど、指導者等の判断でお願いします。参加の受付、着替え、後片付け等の運動・スポーツを行っていない間、特に会話する時には、必ずマスクの着用をお願いします。
- (※) マスクを着用して運動やスポーツを行った場合、十分な呼吸ができず人体に影響を及ぼす可能性があることに留意するとともに、息苦しさを覚える前に適宜休憩を取るよう配慮すること。
- ・運動・スポーツを行うときの注意点
  - ① 感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離を空けること。強度が高い運動・スポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空ける必要があること。
  - ② 走る・歩く等のトレーニングにおいては、前の人呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線ではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置取ること。
  - ③ その他
    - ア 運動・スポーツ中に、唾や痰をかくことは極力行わないこと。
    - イ タオルの共用はしないこと。
    - ウ 飲食（水分補給等）については、周囲の人となるべく距離をとって対面を避け、会話は控えめにすること。また、回し飲みはしないこと。
- ・こまめな手洗いの励行を促すようお願いします。
  - ① 手洗いには石鹸を使用すること。
  - ② 手洗いは30秒以上行うこと。
  - ③ マイタオルの使用をお願いします。
  - ④ 手洗いが難しい場合は、アルコール等の手指消毒剤をすること。
- ・更衣室、休憩・待機スペースは感染リスクが比較的高いと考えられます。
  - ① 他の参加者と密になることを避ける。（障がい者の介助を行う場合を除く。）
  - ② ゆとりを持たせることが難しい場合は、一度に入室する参加者の数を制限する。
  - ③ 換気扇を常に回す等、換気に配慮すること。
  - ④ トイレの蓋は閉めて流すこと。
- ・運動・スポーツの際の栄養補給等として飲食物を提供する際は、以下に配慮して行うようお願いします。
  - ① 参加者が飲食物を手にする前に、手洗い、手指消毒を行うよう声を掛けること。
  - ② スポーツドリンク等の飲料については、ペットボトル・ビン・缶や使い捨ての紙コップで提供すること。
  - ③ 果物等の食品については、参加者が同じトング等で大皿から取り分ける方式を避け、一人分を小皿に取り分けたものを参加者に提供するなど、工夫を行うこと。
  - ④ 飲食物を取り扱うスタッフにはマスクを着用させること。
- (※) 但し、体育館1Fアリーナ、及び武道館の競技場内は水分補給以外の飲食は禁止。
- ・見学者等（保護者等のお迎え）の管理  
練習時に見学も参加させる場合には、参加者同士が密な状態とならないよう留意し、あらかじめお迎えの時間を指定するなどの数を減らす対応をお願いします。また、マスクなしでの会話や声掛けは禁止とします。

(以上)