

【DO スポ！シニア健康塾】新型コロナウイルス感染症対策について

このたびは、「DO スポ！シニア健康塾」をお申込みいただき誠にありがとうございます。

当協会が開催する教室は、新型コロナウイルス感染防止対策を講じた中での開催となりますので、受講者の皆さまには以下の事項についてご理解、ご協力をお願いいたします。

また、感染拡大状況等により対策の内容を変更する場合がございますので、ホームページや施設へのお問合せにて最新情報をご確認くださいませようをお願いいたします。

(1) 以下の事項に該当する場合は、自主的に受講をお控えください。

- ① 体調が良くない場合（過去2週間の状況からご判断）
 - ・平熱を超える発熱、咳、鼻汁、のどの痛み、下痢など風邪の症状がある
 - ・だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がある
 - ・嗅覚や味覚の異常がある
 - ・体が重く感じられる、疲れやすい
- ② 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある
- ③ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
- ④ 過去2週間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

(2) 受講時のお願い

- ① 入館時の検温、受付スタッフによる体調等の確認にご協力ください（体温が37.5℃以上の場合は受講をご遠慮いただくことがあります）。また、密を避けるため、間隔を空けての整列にご協力ください。
- ② マスク・マイタオル・マイハンカチの持参、及び施設内におけるマスク着用にご協力ください。
 - ・運動中も無理のない範囲でのマスク着用（不織布製マスク・不織布フィルター推奨）をお願いしていますが、基礎疾患のある方は、ご本人にてご判断ください。
 - ・くしゃみ、咳をする際のマナーを守ってください。
 - ・教室中の不要な会話はなるべく控えてください。会話をされる際は、十分な距離を取り、大きな声を出さないようにしてください。
- ③ こまめな手洗いのほか、入退室時には各部屋に設置の消毒液で手指消毒をお願いいたします。
- ④ 他の受講者や指導員との間隔を空けてください。
- ⑤ なるべく使用する用具をご持参ください。また、使用備品等の消毒にご協力ください（特にマット等を使用するフィットネス教室など）
- ⑥ 飲食を伴う場合は、口に入れるとき以外はマスクを外さないようお願いいたします。
- ⑦ 換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の5分前に運動を終了する場合がございます。
- ⑧ 教室終了後は速やかに退出、入室時は前の教室受講者が退出後の入室にご協力ください。
- ⑨ 飲みきれなかったスポーツドリンク等はお持ち帰りください。
- ⑩ 感染防止のための施設管理者が決めた措置の遵守、職員及び指導員の指示に従ってください。
- ⑪ 新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や北海道コロナ通知システムを積極的にご活用ください。

(3) その他

- ① 窓や諸室の扉を開けての換気をするため、衣類等にて体温の調整をお願いいたします。
- ② 感染防止のため、職員及び指導員がマスクやフェイスシールドを着用いたします。
- ③ 感染拡大予防対策により、プログラムや日程が変更となる場合があります。
- ④ 受講終了後、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、受講施設に対して速やかに報告してください。なお、万が一感染が発生した場合には、個人情報の取り扱いに十分注意しながら、保健所に情報提供する場合があります。