

# 新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた

## 令和2年度鈴鹿市スポーツ教室再開にあたってのガイドライン（参加者）

主管 鈴鹿市スポーツ協会

主催 鈴鹿市

### 令和2年度鈴鹿市主催のスポーツ教室 ご参加の皆様は

下記の内容をご遵守ください。

#### ●自宅を出る前にチェック

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください。
- 平熱を超える発熱（体温が37度5分以上）がある。
- 風邪の症状（咳、のどの痛み）がある。
- 嗅覚や味覚がいつもと違う。
- だるさ、倦怠（けんたい）感、息苦しさがある。
- 体が重く感じる、疲れやすい等
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
- 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方。

#### ●運動前

- 更衣室内の密集を避けるため可能な限り、ご自宅で着替えてご来場ください。
- マスクを持参しスポーツを行っていない際は、マスクを着用してください。（なお、マスクの着用時には、喉の渇き等に気づきにくくなる場合がありますので、熱中症など体調の変化に注意してください。）
- 教室開始前に手洗いをお願いします。
- 施設内では他の参加者、施設のスタッフ等との距離（できるだけ2m以上）を確保してください。
- 大きな声での会話はご遠慮ください。
- 出席簿記入用の筆記用具は用意しますが、気になる方は筆記用具をご持参ください。
- ヨガマットは、ご自身でご用意ください。

□指導者による非接触型体温計での検温を受けてください。

### ●運動中

- トイレの使用も密集を避けてください。
- 大きな声での会話をご遠慮ください。
- 施設内での飲食については、熱中症対策など、必要な範囲での水分補給に限り可能ですが、回し飲みは避けてください。
- 密集、密接を避けるため、教室によっては指導内容・方法が変わる場合もあります。
- 長時間の滞在によるリスクを避けるため、教室の時間を短縮する場合もあります。

### ●運動後

- 教室終了後に手洗いをお願いします。
- ゴミは各自が責任をもって持ち帰ってください。（鼻水、唾液等がついたゴミは、ビニール袋に入れて密封する。）
- トイレの使用も密集を避けてください。
- 大きな声での会話をご遠慮ください。
- 教室に参加した後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、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください（鈴鹿市スポーツ課Tel382-9029）

※新型コロナウイルスの感染者が発生した場合、教室を打ち切る場合があります。