

## トレーニングルーム利用チェックリスト

	☑欄	項目
利用前	<input type="checkbox"/>	手洗いやアルコール消毒などの <b>基本的な衛生対策を徹底</b> します。
	<input type="checkbox"/>	利用した器具等は <b>自ら消毒</b> します。
	<input type="checkbox"/>	感染防止に必要な <b>施設からの指示・措置を遵守</b> します。
	<input type="checkbox"/>	<b>感染リスクを常に意識して施設を利用</b> します。
	<input type="checkbox"/>	<b>過去14日以内に、①～③のいずれにも該当しません。</b> ①発熱や風邪の症状等の体調不良、病院受診や服薬等をした人 ②同居の家族など①に該当する人との濃厚接触があった人 ③海外から帰国(入国)した人
	<input type="checkbox"/>	<b>体調に異常がないことを確認</b> しています。
	<input type="checkbox"/>	<b>マスクを着用</b> しています。

利用中	<input type="checkbox"/>	<b>できる限り接触や密着を避け</b> ます。
	<input type="checkbox"/>	必要以上に <b>大きな声は出し</b> ません。
	<input type="checkbox"/>	運動中以外の時間(施設利用前後のストレッチ、休憩中など)は、 <b>利用者同士の間隔を確保</b> します(できるだけ2m以上)
	<input type="checkbox"/>	運動中以外の時間(施設利用前後のストレッチ、休憩中など)は、 <b>マスクを着用</b> します。
	<input type="checkbox"/>	できる限り <b>3密を避けるための対策</b> を行います。 (例)付き添いの人は連れてこない。
	<input type="checkbox"/>	<b>施設の出入口、窓は常時開放</b> して利用します。
	<input type="checkbox"/>	タオルやドリンクは <b>共用し</b> ません。

利用後	<input type="checkbox"/>	<b>施設利用後は、速やかに退館</b> します。(施設に長時間留まっの歓談等はしません。)
	<input type="checkbox"/>	施設利用後は、 <b>共用備品の消毒・清掃</b> を行います。
	<input type="checkbox"/>	施設利用後2週間以内に <b>新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、施設管理者に対して速やかに報告</b> します。

※ 遵守できない場合は、今後の利用ができなくなったり、途中退場を求める場合があります。

上記項目を遵守して施設を利用します。

令和 2 年      月      日 (      )	氏名
利用(予定)時間      :      ~      :	電話番号