

感染症対策にご協力ください

来館の前に

- 風邪症状等のある方は、ご利用できません
- マスクを着用し、確実に鼻と口を覆って**ください
- 更衣室やシャワーの利用は、必要最低限としてください
 - ・あらかじめ運動のできる服装で来館いただくことをお勧めします
 - ・貴重品の管理はご自身でお願いします
- 利用制限があります
 - ・トレーニングルームに入室できる人数を**25人**までに制限します（ヘルスチェックとスタッフの人数は除く）
 - ・利用は、**完全予約制**になります（トレーニングルーム利用、ヘルスチェックのどちらも）

疫病退散!!



来館時

- 受付する前に、**トイレで手洗い**をお願いします
- 毎回、受付時に体調チェックと体温の測定をさせていただきます（当日、受付で体調チェックシートをご記入ください）
- 運動する前に、**血圧測定**をお願いします
- トレーニングルーム内は、定期的に換気をしています
 - ・夏季は室内が高温多湿になる可能性があります
 - ・**水分補給をしっかりと**して、熱中症にご注意ください（水分補給は指定の場所をお願いします）
- 人との**間隔を十分に（1.5m以上）空けて**ご利用ください
- 会話は、控えめ**をお願いします（スタッフも会話は、控えめにさせていただきますのでご了承ください）
- 利用中に体調の異変を感じた場合は、直ぐに運動を止めてお申し出ください
- 器具の使用後は、消毒**をお願いします（ヘルスチェック時はスタッフが行います）
 - ・消毒液とタオルは、受付時にお渡しします
 - ・消毒液はタオルに2プッシュして拭き取り消毒をお願いします



上記内容は、各所に感染防止啓発チラシとして掲示しております