

トレーニング室の予約を廃止します

新型コロナウイルス感染症対策を実施した上で、以下のとおり、トレーニング室の事前予約制を廃止します。

○予約廃止日

令和3年11月1日（月）利用分から

※ワクチン会場となっている施設（中央、南、城南、ももち体育館）については、**令和3年11月6日（土）**から。

○利用方法

- ・人数制限を行なった上での、**先着順**といたします
- ・**上限人数となった場合は、お待ちいただく可能性がございます**
- ・お待ちいただく場合は、受付にてお名前・電話番号をお伝えください
- ・**お待ちの方には、入場可能予定時間をお伝えしますので、時間までに受付ください**
- ・より多くの皆様にご利用いただくため、**利用時間は2時間以内（延長不可）**とさせていただきます
- ・受付にてチェックシートのご記入をお願いします（※2回目以降はチェックカードのご提示）
- ・施設内の消毒・メンテナンスを行うため、トレーニング室は21時までのご利用とさせていただきます

○注意事項

時間になっても来館されなかった場合は、キャンセルとさせていただきます。

○新型コロナウイルス感染症対策について

- ・職員が巡回時に消毒を行いますが、皆様の安全のため、**マシンのご利用後はアルコールにて各自消毒をお願いいたします**
- ・**トレーニング室では、必ずマスクやネックゲイターの着用をお願いいたします**
- ・安全に運動するために、一時的にマスク等を外す場合は、他の利用者の方と十分な距離を確保していただくようお願いいたします

利用者の皆様が安心・安全に利用できるよう、ご理解・ご協力の程よろしくをお願いいたします。

トレーニング室の利用について

○ 来館時におけるお願い

- ◆ **事前に自宅での検温**を必ず行っていただき、**発熱や風邪の症状がある場合は、来館をご遠慮下さい。**
※体調不良が見受けられる場合、職員がお声掛けさせていただくことがあります。
- ◆ **必ずマスク着用**でご来館ください。
- ◆ 施設入口にて**手指の消毒**を行ってください。また、利用の前後の**手洗い**を徹底してください。
- ◆ 他の利用者や施設職員との**距離(出来るだけ2m以上)**を確保してください。
- ◆ 可能な限り**事前に更衣を済ませて**のご来館をお願いします。
- ◆ 利用後は、**速やかな退館**をお願いします。

○ 利用時におけるお願い

- 運動強度を調整するなど工夫して、**原則マスク着用でのご利用**をお願いします。
- トレーニング室は、窓や扉を開けて常時換気しておりますので、ご了承ください。
- **一部のマシンは当面の間、利用を中止しています(間引き運営)。**
- **ストレッチマットは、1人用マットに変更しています。**数に限りがありますので、譲り合ってください。
- **トレーニング器具やマシン使用後の消毒を必ずお願いします。**
- 他の利用者との距離・間隔を保ってトレーニングをお願いします。
- トレーニング中の大きな発声や声掛け、会話等は控えてください。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行ってください。
- 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した際は、必ずご連絡ください。

皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。