

# コミスポ夢が丘 新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン

## 教室参加可能条件：全て該当しない場合のみ参加可能

- ① 体調が悪い（発熱・咳・咽頭痛などの症状がある）。  
※教室会場入場時に、入場者全員の体温をチェックする。
- ② 同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる。
- ③ 過去14日以内に本人、または濃厚接触者が「緊急事態宣言」対象地域への往来や海外への渡航歴がある。または、当該在住者との濃厚接触がある。

## 教室を開催する際の留意点

- ① マスクの持参  
参加者はマスクを持参し、運動時以外はマスクを着用する（観覧者を含む）。着用のない場合は、参加を認めない。また、希望者には運動時もマスクの着用を認める（医療用マスクを除く）。
- ② こまめな手洗い、またはアルコール消毒による手指の消毒  
教室会場に入退場する際は、必ず石鹸による手洗いを行うか、アルコール等による手指の消毒を行う。いずれも各会場の施設に常設してあるので、それを使用する。
- ③ 体調のチェック  
教室会場入場時に入場者全員の体温と体調のチェックを行う。
- ④ 十分な距離の確保  
運動中においては、参加者に適正な距離を確保させる。観覧者を含め、スタッフ、休憩中の参加者には、できるだけ2mの距離を確保する。また、走る等の呼吸の激しい運動をする場合、前後一列に行わず、並走あるいは斜め後方に位置取る等、工夫する。
- ⑤ 水分補給以外の飲食は行わない。  
水分補給に関しても、回し飲みは行わず、会話も対面を避け、控えめに行う。飲み物やタオル等の持ち物は各自の責任で管理し、共用は行わず、必ず家に持ち帰る。
- ⑥ 3つの密を避ける  
密閉：換気を十分に行う。冷房のために密閉する場合でも、30分に一度5分程度の換気を行う。  
密接：運動時であっても、休憩時であっても十分な距離を確保する。  
密集：教室終了後のミーティングにおいても、感染対策を意識した行動を。

## 感染が発覚した際

新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、コミスポ夢が丘に対してその旨を速やかに報告する。クラブマネージャー及び事務局は、発症した参加者またはスタッフの参加状況と濃厚接触者の有無を直ちに確認する。また、万が一感染が発生したときに備え、参加者全員と連絡が取れる体制をとっておく。