

参加者のみなさんへ 御理解と御協力をお願い

感染拡大防止のため、以下の遵守すべき事項に従っていただけない場合は他の参加者の安全を確保する観点から、途中退場を求める場合があることをご了承ください。

1 参加者のみなさんに遵守いただきたいこと

- ☐ 入口での検温、アルコール等による手指消毒の御協力をお願いします。
- ☐ 参加当日の2週間前の体調確認表（書面にて）を御提出ください。以下の症状や該当項目がある場合は参加を見合わせるようお願いいたします。
 - ◆ 平熱を超える発熱
 - ◆ せき、のどの痛みなど風邪の症状
 - ◆ だるさ、けんたい感、息苦しさ
 - ◆ 嗅覚や味覚の異常
 - ◆ 体が重く感じる、疲れやすい等
 - ◆ 新型コロナウイルス感染陽性者との濃厚接触が疑われる場合
 - ◆ 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場合
- ☐ マスクを持参し、運動を行っていない時はマスクを着用してください。
- ☐ 貴重品、水筒、タオルなどの手荷物は運動する場所にお持ちください。
- ☐ 他の参加者、スタッフ等との距離（2m以上）を確保してください。
- ☐ 近い距離（2m以内）で対面し、大きな声での会話は控えてください。
- ☐ 参加終了後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、速やかに福島県体育協会生涯スポーツ係（024-521-7896）に御連絡ください。

2 運動を行うときに遵守いただきたいこと

- ☐ 運動中も他の参加者、家族と十分な距離（2m以上）を確保してください。
- ☐ 前の人の呼気の影響を避けるため、位置取りは講師や指導者の指示に従ってください。
- ☐ 休憩中に限らず、水分はこまめに摂取し、熱中症予防に心がけてください。
- ☐ 運動中気分が悪くなった場合は、近くのスタッフに声をかけてください。
- ☐ 運動中につばやたんをはき出すことがないようティッシュ等を御準備ください。
- ☐ 他の参加者や家族とタオルや飲み物を共用はしないようにしてください。