

## 感染防止チェックシート

利用日時： 令和 年 月 日 午前・午後 時～

団体名：

代表者名： 連絡先： ( )

1 代表者が確認を行い、以下の事項に該当する者は参加者の中におりません。

体調がよくない参加者はいません。

①発熱 ②せき、のどの痛みなど風邪症状 ③倦怠感、息苦しさ ④嗅覚・味覚異常 ⑤疲れやすい等

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、地域等へ渡航した人や当該在住者との濃厚接触はありません。

2 全員マスクを持参し、活動を行っていない際や会話をする際にはマスクを着用します。

3 こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施します。

4 屋内施設を利用の際、利用人数は各室の定員の概ね1/2以下(定員数が明確でない施設にあっては、教育委員会が定める人数)で使用します。

5 1時間ごとに5～10分程度、窓を開けて換気を行います。

6 人と人との距離をできるだけ2m以上とすることができます。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)

7 活動中に大きな声で会話、応援等を行いません。

8 感染防止のために施設管理者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従います。

9 活動終了後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、多賀城市民スポーツクラブ、保健所に対して速やかに報告し、濃厚接触者の特定に関する資料を提出いたします。

10 活動前後のミーティング等や休憩時においても、三つの密を避ける措置をとります。

活動に当たっては、以下の点に留意してください。

11 十分な距離の確保

活動の種類にかかわらず、活動をしていない間も含め、感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離を空けます。(強度が高い運動等の場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離が必要です。)

運動等によりマスクをしていない場合には、十分な距離を空けるよう特に留意します。(感染予防の観点からは、少なくとも2mの距離を空けることが適当です。)

12 走る・歩く運動においては、前の人の呼気の影響を避けるため、できるだけ並走、あるいは斜め後方に位置取って運動します。

13 運動・スポーツ中に、唾や痰をはくことは行いません。

14 タオルは共用しません。

15 飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を取って対面を避け、会話は控えめにします。また、大皿での取り分けや回し飲みはしません。

16 飲みきれなかったスポーツドリンク等は捨てずに各自で処分します。

※ チェックが終了したら左端の欄に○印を記入してください。

※ 利用者名簿と合わせて少なくとも1か月間保存しておいてください。