

トレーニングルームご利用上の注意点

大阪市経済戦略局スポーツ部

■ 次のガイドラインに基づいた運営を基本とする。

- 感染拡大予防にかかる標準的対策（大阪府）
- 社会体育施設の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン（スポーツ庁）
- 「FIA フィットネス関連施設における新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン」（（一社）日本フィットネス産業協会）
- 基本事項

| | |
|------|---|
| 更衣室 | ロッカー数の 1/2 を定員とする。 |
| マスク | 全館（トレーニングルーム含む）での着用必須 |
| マシーン | いずれかの方法によること • 隣同士のマシーンは使用不可 • マシーン間にアクリル板の設置 • 2m四方の距離を確保 |

■ 接触感染の防止

- 人の密度の管理
施設全体において 2m四方の距離を確保
- 消毒の徹底
高頻度で接触する部位は 高頻度での消毒を行う

■ 密閉の解消

- 十分な換気徹底、及び換気回数等から十分な換気量を確保
※ 1 時間の空気の入替え回数：3 回以上目安

■ 飛沫感染の防止

全館（更衣室・浴室・プールは除く）において必ずマスクやネックゲイター等で確実に鼻と口を覆う。

- トレーニングルームにおいてもマスク着用を徹底する。
 - 有酸素運動の実施を前提として開発されたマスクの着用を推奨する。
 - 呼吸困難による事故防止のため、管理者による巡回を強化する。
- 運動強度の制御（ランニングマシン 10 km/h の設定など）
 - 呼吸困難な状況等が見受けられる方には、監視員が運動の強度を弱めたり休憩をとるよう指導をするので従うこと。

■ 地域の学校で休業の措置がとられている場合は、幼児・学童・中学生及び高校生の来場禁止

■ その他、施設管理者の指示に従うこと