

2021年4月1日

トレーニングルーム利用希望者 各位

学生支援センター

所長 宇野 文夫

KPC・KAC トレーニングルーム利用に伴う新型コロナウイルス感染対策ガイドラインについて
〔適用期間 2021年4月1日～当分の間〕

KPC・KAC トレーニングルームについて、下記の感染対策ガイドラインに基づき開室します。それに伴い、利用者には下記の内容に同意の上、感染対策の協力を約束していただくことを条件にトレーニングルームの利用を許可いたします。何卒、ご理解、ご協力の程、宜しく申し上げます。

トレーニングルーム利用時

- (1) 入室前に必ず手洗いをを行う。
※ 手洗いは30秒以上行うことを推奨する。また、持参したタオルを使用する。
- (2) 入室時のアルコール消毒液での手指消毒
※ 利用時には必ず、設置の消毒液による手指消毒を行う。
- (3) 検温および体調チェック
※ 利用時の検温とチェックシートによる体調確認（署名）を行う。

体調管理については、以下の項目について確認。

- ・平熱を超える発熱
- ・咳（せき）、のどの痛みなどの風邪の症状
- ・だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）
- ・嗅覚や味覚の異常
- ・体が重く感じる、疲れやすい等
- ・感染者や濃厚接触者との接触

上記事項に該当する場合は、利用を禁止とする。

- (4) タオルおよび飲み物の持参。
※ 利用時の汗の処理およびマスク着用等による熱中症のリスクの低下のため
- (5) 利用は予約制とし、利用時間は90分を上限とするとともに、利用者の上限は施設の収容定員の半分とする。
※ 予約は開室時にトレーニングルームにて行う。
- (6) 初回講習会およびフリーウェイト講習会については、予約の上限を5名までとする。

3つの密（密閉、密集、密接）を避けるため、下記条件に同意ください。

（7）利用者同士および利用者とスタッフ間の接触は原則として禁止とする。

※ 基本的に補助等も行わないが、利用者に危険が生じる場合のみ補助を行う。

（8）施設利用中は、常時マスクを着用することとする（有酸素トレーニング機器利用時を含む）。また、会話は極力控える。

（9）各マシン、器具は1名で使用し、複数名で同器具を使用しないこととする。

（10）トレーニングは単独で行うものとし、他の利用者と一緒に行わないこととする。

（11）スタッフが利用者に対し指導を行う場合は、距離を取って行う。

※ 距離は概ね2m以上空けるものとする。

上記事項に反する行為等があった場合、トレーニングルームの利用を禁止させていただく場合があります。

以上