

体育館利用及び課外活動ガイドライン（改定版）

令和4年(2022年)6月6日

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、体育館利用及び課外活動を行う際は本ガイドライン（改訂版）を遵守してください。これ以外については「北海道千歳リハビリテーション大学の新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン(第5版)」をご覧ください。

A. 課外活動共通事項

(1) 体調の確認

- ① 平熱を超える発熱はないか
- ② 咳やのどの痛み、鼻水、息苦しさはないか
- ③ 吐き気や頭痛、だるさ（倦怠感）、関節痛(筋肉痛)はないか
- ④ 嗅覚や味覚異常はないか
- ⑤ 同居者に新型コロナウイルス感染者との濃厚接触者（PCR検査の結果待ち）がいないか
- ⑥ 過去7日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が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ないか

(2) 基本的な対応

- ① 休憩時にはマスクを着用し、運動時にはマスクを外す。
- ② 不要な私語や大声での会話は控える。
- ③ 運動前、運動後は手洗いや手指消毒を行う。
- ④ 利用器具の清掃・消毒を行う。
- ⑤ 飲み物やタオル等は共用しない。
- ⑥ ソーシャルディスタンスを保てない集団練習は可能な限り避ける。
- ⑦ 個々に活動場所と時間を記録（メモ）することを推奨する。

B. 体育館の利用

- ① 入館時には、必ず体温測定をして平熱を超える発熱はないかを確認する。
- ② 更衣室等では、「3密」を避ける。
- ③ 室内で長時間（15分以上）のミーティングをしない。
- ④ 定期的（30分に1回、5分程度）に換気する。

【連絡先】

北海道千歳リハビリテーション大学 保健管理センター（学務課）
電話番号 0123-28-5331 受付時間 8:30～17:00