

## トレーニングルーム使用上の注意事項

◆トレーニングルーム等の利用には、注意事項への確認・同意が必要です。

### <注意事項>

- トレーニングルーム内でのマスク着用は個人の判断となります。
- トレーニングルームの利用前後には適宜手洗い、手指消毒等をお願いします。
- ランニングマシンは1回30分以内となります。
- 機器の使用後は、備え付けのペーパータオルにアルコールを染み込ませて  
手指等が触れた部分を適宜拭いてください。
- 混雑を避けるため人数制限を設けています。  
(15名を超えて利用申込がある場合はお待ちいただきます)
- 咳エチケットに努めてください
- 会話は必要最小限に留め、更衣室内での会話はお控えください。
- 3密にならないよう身体的距離(できるだけ1～2m以上)を確保ください。
- 運営上必要な施設管理者が決めたその他の指示に従ってください。
- 下記に該当される方は利用をお控えください。
  - ・体調がよくない(例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある)
  - ・同居家族や身近な知人などに感染が疑われる方がいる