

## 感染防止チェックリスト（プール用）

武蔵野の森総合スポーツプラザ指定管理者

株式会社東京スタジアム 殿

利用団体名

住 所

代表者名

担当者名

TEL

印

下記の通り(株)東京スタジアムからの対応依頼事項を確認しましたので、提出いたします。

### 全般的な事項

- 発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は入場しないように呼び掛けること（状況によっては、発熱者を体温計などで特定し入場を制限すること。）。
- マスクの着用とこまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 集合時、着替え等の運動・スポーツを行っていない間については、マスクの着用を求めること（運動・スポーツ中のマスクの着用は参加者等の判断によるものとする。）。
- 大声で声援を送らないことや会話を控えること。会話をする場合にはマスクを着用すること等の留意事項を周知すること。
- 三つの密を避けるため、以下の事項を遵守し、適切な対応を行うこと。
  - ア 他の利用者、施設管理者スタッフ等との距離を確保すること（障害者の誘導や介助を行う場合を除く）
  - イ エレベーターの乗車人数は、施設側で設定した人数制限を遵守すること。
  - ウ スタッフによるイベント前後のミーティングや懇親会等においても、上記事項に準じた対応を行い、三つの密を避けること。
- 原則として、参加者全員（指導者・介助者を含む）に体調等に関する情報（以下参照）を書面で提出させ、万が一感染者が確認された場合に関係機関の調査に円滑に協力できるよう適切に保管すること（少なくとも1か月以上。）。
  - ※(株)東京スタジアムが提出状況を確認することもあるが、その場合には速やかに対応すること。
  - ア 氏名、年齢、住所、連絡先（電話番号）
  - イ 利用当日の体温
  - ウ 利用前2週間における以下の事項の有無
    - (ア) 平熱を超える発熱
    - (イ) 咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状
    - (ウ) だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）
    - (エ) 嗅覚や味覚の異常
    - (オ) 体が重く感じる、疲れやすい等
    - (カ) 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触の有無

(キ) 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

(ク) 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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

□万が一施設利用後 2 週間以内に感染者が発生した場合は、関係行政機関への連絡に加え、当施設にも速やかに報告すること。

□「東京版新型コロナ見守りサービス」など、接触確認アプリへの登録に協力すること。

## 当日の利用前の対応

□ジム・プール受付の混雑を防ぐため、サブアリーナ棟 2 階自動扉から総合受付前までをプール利用団体の待機場所とします。利用にあたっては、該当の場所で参加者同士が距離をおいて待機していること。

□ジム・プールエリアに入ることができる人数は、25m の日は 1 レーン 5 名以内（指導者 1 名を除く）であること。50m の日は 1 レーン 10 名以内（指導者 1 名を除く）であること。

□更衣室内での密を避けるため、なるべく水着を着用してくること。

□必ず参加者全員が揃ったうえで、ジム・プールエリアに入場すること。遅れた方は原則として入場できません。

□喫煙については、施設側の定める喫煙所にて、定員を守って利用すること。

## 更衣室及びシャワーの利用

□更衣室の利用にあたっては、以下の事項を順守してください。

ア 「消毒済」となっているロッカーを使用すること。

イ 冷水機は使用できません。

ウ シャワーは利用できますが、浴槽は使用できません。

## プールの利用

□プールの利用にあたっては、以下の事項を順守してください。

ア 遊泳中（休憩含む）は、利用者同士が密にならないよう注意すること。

イ 強度が高い運動を行う場合は、呼気が激しくなるため、より一層周囲の人との距離をあけるようにすること。

ウ ツバや痰を吐くことは極力行わないこと。

エ タオル・飲料は共用しないこと。

オ ビート板等の用具を団体内で使いまわしをしないこと。利用後には消毒を行うため、所定の場所に返却すること。

カ 用具はビニール袋に入れること。クリアボックス・赤台に用具を置く際は、他の利用者との距離をあけること。

キ プールサイドで指導をする際には、マスクを着用すること。

ク 採暖室は使用できません。

ケ スノーケルは使用できません（エアロゾル発生防止のため）。

## 飲食スペース

- 飲み物はフタ付の水筒やペットボトルを持参すること。
- 食事は施設が指定する場所でのみ行うこと。
- 座席数減のため、長時間の利用（30分以上）や会話をしながらの飲食は控えること。

## ゴミの廃棄

- 利用の際に出たゴミは、各自持ち帰りをすること。  
特に鼻水、唾液などが付いたゴミは、各自適切に処分すること。

## 参加者への事前周知

- 団体の代表者は、参加者に対し、(株)東京スタジアムが定める「参加者が遵守すべき事項」及び「参加者が運動・スポーツを行う際の留意点」を必ず周知すること。

## 参加者が遵守すべき事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に利用を見合わせる。 ※該当する場合には利用ができない場合があります。
  - ア 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
  - イ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある場合
  - ウ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
  - エ 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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- マスクを持参すること（受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用すること。）。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 他の利用者、施設管理者スタッフ等との距離（できるだけ 2 m 以上）を確保すること。（障害者の誘導や介助を行う場合を除く。）
- 利用中に大きな声で会話、応援等をしないこと。
- 感染防止のために施設管理者・団体の代表者が定めた措置の遵守、施設管理者の指示に従うこと。
- 利用終了後 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、団体代表者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。
- 「東京版新型コロナ見守りサービス」など、接触確認アプリへの登録に協力すること。

## 参加者が運動・スポーツを行う際の留意点

- 十分な距離を確保すること。
- 運動・スポーツの種類に関わらず、運動・スポーツ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ること（介助者や誘導者の必要な場合を除く。）。
- 強度が高い運動・スポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空けること。
- 水泳時など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する必要があること。
- 運動・スポーツ中に、唾や痰をはくことは極力行わないこと。
- タオルの共用はしないこと。
- 飲食については、熱中症等のリスクも踏まえつつ指定場所で行い、周囲の人となるべく距離を取って対面を避けること。また、飲食中の会話は控えめにすること。
- 飲料のボトルは個人で準備し、不特定多数でのボトルの共有は行わないこと。

### 【参考】

- ・公益財団法人日本スポーツ協会 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会  
「スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」
- ・一般社団法人日本フィットネス産業協会  
「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」
- ・一般社団法人日本スイミングクラブ協会  
「スイミングクラブにおける新型コロナウイルス 感染拡大予防のためのガイドライン」

(10月15日 一部改正)