

シーハットおおむらトレーニングルーム利用チェックリスト

チェックリストを読み、当てはまる口に✓をご記入ください。

- 県内在住である。
- 14日以内に海外渡航歴がない。
- 風邪の症状(くしゃみや痰、咳が出る等)、37度以上の発熱がない。
- 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ、胸部不快感がない。
- 同居家族や身近な知人に感染の疑われる方がいない。
- その他新型コロナウイルス感染可能性の症状がない。
- 入場前に手指のアルコール消毒を行う。
- トレーニングルーム内はマスク着用する。(マスクを忘れた場合は利用できません。)
- マシンは1台間隔をあけて利用する。
- 複数人でのトレーニングはしない。
- 更衣室の利用は3密を避けるため使用時間を15分とする。(シャワーも含む)
- 利用時間を厳守する。
- 私語は控える。
- 基礎疾患及び持病のある方は医師との相談の上使用する。
- 利用に関しては職員の指導に従う。

以上のことを厳守し、利用することを誓います。

年 月 日

会員番号

署名