

## スポーツ施設(スポーツクラブなどの運動施設)の営業再開に向けた感染予防対策について

令和2年5月22日

〔 広島県地域政策局スポーツ推進課  
一般社団法人日本フィットネス産業協会 〕

スポーツ施設(スポーツクラブなどの運動施設)の営業再開に向けては、密集・密接の回避や共用器具等の消毒、換気の徹底など、次に掲げる感染予防対策を講じることに加え、関係団体等が定める感染拡大防止ガイドライン等も遵守していただき、職場毎の特性に合わせた対策については「広島県新型コロナウイルス感染症に対する安全職場対策シート」を活用して対応してください。

過去にクラスターが発生したトレーニングジム等においては、特に対策を徹底するとともに、感染者が出た場合に適切な対応ができるよう、利用者の把握を徹底してください。

また、施設の使用再開に当たっては、集団感染のリスクの対応として、次の①～③の取組に協力してください。

- ① 感染症患者が発生した場合に備え、施設利用者の利用状況及び連絡先の把握・管理をすること。
- ② 施設従事者及び利用者から感染症患者が発生した場合には、保健所が実施する積極的疫学調査に協力すること。
- ③ 感染の恐れのある者を特定できない場合には、まん延を防止する観点から、施設名を自ら公表して、利用者に検査や受診を呼びかけること等に協力すること。

### 1 施設入場における注意事項

#### ○ 感染防止の注意喚起

##### ・ 受付窓口や掲示、ホームページでの注意喚起

以下の依頼事項を、入場前のお客様の目に必ず触れる位置(場所、目線の高さ)、大きさを掲示。

※ 注意喚起は入口だけではなく、ロッカールーム、化粧室、マシンジム等、複数の場所に掲示することにより、周知を徹底することが望ましい。

#### 《利用者への依頼事項》

- ・施設内においては必ずマスクやネックゲイター等で確実に鼻と口を覆うこと。
- ・マスク等の着用ができないエリア(更衣室/スパ/サウナ/プール等)での会話の自粛。
- ・入館時、フロント前の消毒液にて必ず手の消毒を行うこと。  
その際、掌だけではなく、指先、手の甲などを丁寧かつまんべんなく実施すること。
- ・以下に該当すると感じる点がある方の来館はお断りすること。  
〔次の症状がある方等、該当する点があるお客様〕
  - \*咳やくしゃみなど風邪の症状が続いている方(軽い症状の方も含む。)
  - \*熱がある方
  - \*強いだるさ(倦怠感)や息苦しさがある方
  - \*咳、痰、胸部不快感のある方
  - \*味覚・嗅覚に少しでも違和感のある方
  - \*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がある方
  - \*身内や身近な接触者に上記の症状がみられる方、該当する点がある方
  - \*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発表されている国・地域への渡航、並びに当該在住者との濃厚接触がある方
- ・地域の学校において休業措置が取られている場合における、幼児・学童・中学生及び高校生の来館・来場の自粛。
- ・高齢者の方の運動前の体調チェックと予防対策の徹底。
- ・新型コロナウイルスに感染すると、重症化の可能性がある、糖尿病、心臓疾患、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、人工透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方の来館・来場の自粛。

## ○ 入場時における感染リスクの低減

### 【フロントにおける処理事項】

- ・ フロントを挟んで、対面シーンをアクリル板・透明ビニールカーテンなどで遮蔽
- ・ 対応をするスタッフは、対応前後には必ず手指消毒を行うこと
- ・ 利用者の手が触れる可能性のある部分は、事前に消毒を済ませておき、対応後も消毒を行うこと。受付時の書面の記入や現金の授受は回避すること（例：インターネットによる事前登録，電子決済の利用等）が望ましい
- ・ 利用者の氏名・連絡先の把握・記録  
会員以外の利用者については、受付時に免許証等で確認の上、氏名・住所・連絡先を記録し、万が一、感染が確認されたときに対応できるように整理しておくこと。
- ・ 入館者人数の制限  
使用可能なロッカーを間引く等により、確実に管理できることが望ましい。
- ・ 施設の出入口に消毒用アルコール等を配置

### 【利用者の体調管理の徹底等】

- ・ 入場者の体温チェックを必ず行うこと  
体温チェック機器の入手が困難な場合には、利用者に予め来場前に体温チェックを実施していただき、申告していただく。
- ・ 入場者に以下の全項目を確認すること（体温測定が実施済であることが前提）
  - ～ 館内では鼻と口を覆うようにマスクを着用すること。
  - ～ 咳やくしゃみ等の風邪の症状（軽い症状も含む）は続いているか？
  - ～ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさはないか？
  - ～ 咳，痰，胸部不快感はないか？
  - ～ 味覚・嗅覚に少しでも違和感はないか？
  - ～ 身内や身近な接触者に上記の症状がみられる方はいないか？

※ 確認の方法については、確認事項を記載したパネルを入館者に提示し該当項目の有無を確認する，或いはチェック欄を設けた確認用紙に記入させるなど工夫し，上記全項目の確認を実行すること。
- ・ マスクやネックゲイター等の着用の徹底
  - ※ ただし，更衣室，パウダールーム，浴室，プールを除く。
  - ※ マスクなしでの入館は原則お断りするが，やむを得ない事情（体質等でマスクの着用品ができない等）によりマスク着用が難しい場合には，飛沫感染予防の観点から会話を控えていただく，くしゃみや咳をする場合には服の袖等で口を押えていただくことを明確に伝えた承を得る。
- ・ スクール受講生保護者など送迎者の施設内入場の自粛

### 【従業員（インストラクター含む）の体調管理の徹底等】

- ・ 従業員の執務前後の体温チェックの徹底（※平熱よりも熱がある場合は出勤停止）。必ず出社時にチェックし，その結果を記録し，上司が確認。台帳を作成して管理を徹底すること。
- ・ 従業員の家族等，同居者に感染者や感染者への接触があることが判明した場合は，即刻出勤停止とし，他のスタッフとの接触について正確に実態を把握する
- ・ 従業員の行動規範の周知
  - ～ 感染が拡大している地域への移動を避けると共に，感染が拡大している地域からの移動を控える。
  - ～ 帰省や旅行を控え，出張はやむを得ない範囲に制限する。
  - ～ 発症した場合を想定し，日常生活に於いて“誰とどこで会っていたか”を各個人がわかるようにしておく。
  - ～ 各店舗等が所在する地域の感染状況に常に注意を払っておく。
  - ～ ユニフォームや衣類はこまめに洗濯する。

## 2 施設内での感染防止に向けた注意事項

### ○ 飛沫感染・接触感染のリスク低減

- ・ 密集・密接の回避に向けた注意喚起
    - ～ 集団で行う競技，近接して行う競技，身体接触がある競技などを実施する場合は，各競技団体等が示す指針などに基づき，密集や密接を回避するよう注意を喚起。
  - ・ 人と人の間の間隔の確保
    - ～ 受付窓口等の利用者集合が想定される場所など，2 m間隔の目安の表示。
    - ～ 廊下，階段など通路をテープ表示で区切るなど，施設内通路の非対面通行化。
    - ～ コート，レーン等の交互利用，練習場等の同時利用人数の制限などによる，身体的距離の確保。
  - ・ 共用器具，貸出用具，共用箇所の定期的な消毒の実施
    - ～ 複数人で利用する運動用具やドアノブ，テーブル，スイッチなどの共用部分，貸出用具等の定期的な消毒。
    - ～ 多数が接触するドアノブ等の共用箇所付近には，利用者も使えるよう消毒用アルコール等を配置。
  - ・ 更衣室，シャワー室，トイレ等の管理の強化
    - ～ 換気を徹底する。可能な場合，換気設備は常に作動させておくことが望ましい。
    - ～ 清掃・除菌の徹底（最低推奨回数：2時間に1回）。  
特に，洗面所の水道栓，トイレ，出入口のドアノブなど不特定多数が触る箇所の清掃・除菌を徹底。
    - ～ 密を排除するため，使用可能ロッカーを間引く。（例えば，交互に使用不可とする）
    - ～ アルコール，もしくは次亜塩素酸消毒液を設置。  
消毒液の確保が難しい場合には，石けんによる手洗いを厳格に実施するよう促す。
    - ～ トイレの便座に蓋がある場合は，蓋を閉めて汚物を流すようトイレ室内に掲示。
    - ～ ハンドドライヤー・共用タオル使用を禁止。液体石鹸とペーパータオルを設置。
  - ・ ゴミの廃棄における感染防止
    - ～ 鼻水・唾液等の付着したゴミの密閉処理，回収時の手袋着用。
  - ・ 換気の徹底
    - ～ 出来る限り全ての窓・ドアを開放。
    - ～ 窓がない部屋については，空調機器を稼働させるなど室内空気の滞留を回避。
- ※ ホットヨガスタジオにおいては，1クラスごとに換気を実施

### <利用者向け>

- ・ 手洗いの徹底，マスクの着用
- ・ 対面での会話，大声での応援，ハイタッチなどの行動の自粛
- ・ 更衣室や休憩スペースなど共用施設での長時間利用の自粛，対面利用・会話の自粛
- ・ 館内放送等による注意喚起
  - 以下に示すような感染拡大予防に関する注意事項のアナウンスを定期的（例：30分毎）に実施すること。
  - ～ エクササイズの前，終了後における石鹸による手洗い励行。
  - ～ 入館・退館時の消毒の徹底。
  - ～ 使用したマシンやダンベルのグリップ，背もたれシート，タッチパネルなどについて，備付けペーパーと薬剤による消毒の履行。
  - ～ ソーシャルディスタンスの確保。

### <従業員等向け>

- ・ マスクまたはフェイスガードの着用，手洗いの徹底
- ・ スクールバス等による送迎時における車内での換気，席間確保
- ・ スクール指導時の飛沫感染，接触感染リスクの低減措置
  - ～ 指導者のフェイスガード着用など，身体的接触を伴わない指導・身体的距離を確保した指導の実施。
  - ～ 受講者の体調異常等を常に観察し，状況に応じた対応実施（注意喚起や退室など）。
  - ～ 受講者同士の対面会話や身体的接触等，受講者の行動に対する注意喚起。

## 【トレーニングジムにおいて特に留意・徹底して行う感染防止策】

### ○ トレーニングルームにおいてもマスク着用を徹底すること

※ トレーニングジムでのマスク着用について

- ・ トレーニング時のマスク着用においては、事故を引き起こさないよう着用するマスク等に合わせた運動強度で利用することを基本とする。ただし、息苦しさによる不快感や、運動量に必要な呼吸量がマスクによって妨げられ、呼吸困難による事故などを引き起こす危険性への配慮が求められることから、有酸素運動の実施を前提として開発されたマスクの着用を推奨。
- ・ 施設管理者が在中しない時間帯におけるマスク着用の徹底においては、以下のような手段により徹底を図ること。
  - ～ 館内でのマスク着用必須に関する掲示。
  - ～ 管理者不在時の監視代行における監視項目にマスク未着利用者の確認を付加し、該当者を確定した上で、着用の徹底を伝える。

### ○ トレーニングルーム内の消毒（利用前後の消毒）の徹底

- ・ 利用者への利用ルールの徹底，スタッフによるこまめな声掛け。
- ・ 不履行者への口頭注意による徹底，不履行部分はスタッフが確実に消毒。

### ○ トレーニングエリアが密閉された空間となることを防ぐため、必要十分な換気を徹底すること

窓・ドアの開放のほか、換気設備の常時作動，空調フィルターの毎日清掃などにより換気量を確保すること。

### ○ マシン・トレッドミルの汗拭き用として設置されているタオルの共用を避けること

(対応例)

- ・ 消毒液と使い捨てペーパー類，ごみ箱（蓋付きが望ましい）を用意して使い捨て方式とする。又はタオルを取り換えて使えるよう多く用意するなどして，共用を避ける。
- ・ 消毒液や使い捨てペーパー類の設置場所については，どのマシン，ウエイト機材からも確実に手が届く範囲を考慮した要所へ設置する。

### ○ マシン利用者への利用ルールの徹底

マシン利用後は，必ずふき取りの実施を利用者に徹底していただくための具体的措置を取ること。利用者が不履行の部分はスタッフが清掃すること。

(対応例)

- ・ 複数個所への張り紙
- ・ 定期的な館内アナウンスによる実行の呼びかけ
- ・ 注意事項を記載した書面の設置 等

### ○ トレッドミル，マシンの間隔を通常よりも広く設置するよう見直すこと

利用者が安心してトレーニングを実施できる間隔を確保すること。

- ・ マシン，トレッドミル，バイク，クロストレーナー等のマシンを並べて設置している場合には，隣同士のマシンを一台使用不可にして隣とのスペースを十分確保すること。
  - ※ 隣人との間隔は最低 2m 四方を前提(参加者が両手を広げてぶつからない程度の間隔) とすること。
  - ※ トレッドミル(ランニングマシン)，バイクの間引きを徹底するため，使用不可とするトレッドミル，バイクの電源を切る等の工夫をすること。
  - ※ 種類が異なるマシンやフリーウエイトが密集して設置されていて撤去が難しい場合には，例えばトレーニングする筋肉部位が同じマシンを間引く(使用禁止のマシンを設定する) こと。

### ○ 飛沫感染が最も懸念されるトレッドミル，バイク，クロストレーナーの利用に於いては，厳格な距離の確保と同時に，ウイルスの飛散を抑えるために利用者の運動強度を制御すること

(対応例)

- ・ 特に利用頻度の高いトレッドミルにおいては，ランニング専用とウォーキング専用に分け，ウォーキング専用ゾーンの比重を多くする。或いは，しばらくの間はウォーキングのみとする等の工夫をすること。
- ・ ランニングの強度を強制的に制御する手法として，可能であればランニングマシンに速度制限をかける(例：10km/h への設定等)。

### ○ 管理者不在時に監視代行を設置できない時間帯においては，上記の確認ができないことからトレーニングジムの営業を行わないこと

## **【スタジオにおいて特に留意・徹底して行う感染防止策】**

### **○ スタジオプログラムにおいてもマスク着用を徹底すること**

※ エクササイズ時のマスク着用においては、事故を引き起こさないよう着用するマスク等に合わせた運動強度で実施することを基本とする。ただし、息苦しさによる不快感や、運動量に必要となる呼吸量が、マスクによって妨げられ、呼吸困難による事故などを引き起こす危険の可能性への配慮が求められることから、有酸素運動の実施を前提として開発されたマスクの着用を推奨。

### **○ 当分の間は、強度が高く呼吸が激しくなるプログラムは休止することが望ましい**

### **○ 集団型スタジオレッスンにおいては、スタジオが密閉された空間となることを防ぐため換気を徹底すること**

出来る限り窓・ドアを開放し、換気設備の常時作動、空調フィルターの毎日清掃などにより換気量を確保すること。

### **○ 過度な大きさ、頻度の声出しを禁止**

### **○ ハイタッチや握手等のスキンシップは禁止**

### **○ 唾液の飛散によるウイルス拡散と付着を避けることに留意すること**

### **○ レッスン前のスタジオ入口に於ける参加者入場待機場面では、順番待ちの密集が生じないように、十分なソーシャルディスタンス（最低1m、推奨2m）を確保するよう工夫すること**

### **○ レッスン時の人数制限の実施：隣人との間隔は最低2m四方確保すること**

（参加者が両手を広げてぶつからない程度の間隔）

～ 上記のスペースを前後左右で確保することを前提に、各施設のスタジオにおいてそのスペースに応じた定員を確定し、定員の範囲内で実施すること。

～ スタジオ利用制限において確定された定員をスタジオ内にまんべんなく拡散させるため、参加者の定位置をあらかじめスタジオの床等にマークしておくこと。

～ 参加者を確実に分散させるため、担当インストラクターが、レッスンを通して参加者の位置を確認して指定することで距離をコントロールすること。

～ 担当インストラクターには、参加者の位置取りを確認して指定することを事前に指導しておくこと。

### **○ レッスンとレッスンの間隔を長めに設定し、レッスン毎に換気・清掃等を十分に行えるよう工夫すること**

## **3 その他**

### **○ 感染予防対策の組織的取組**

- ・ 本対策の推進においては、対策責任者・担当者を選任し、対策を徹底すること