

ファミリーウエルネスセンターでのプログラム再開にあたっての対策とお願い

■新型コロナウイルス（COVID-19）感染防止のため、以下のことについてご理解とご協力を
お願いいたします。 ※社会情勢の変化に伴い、対応も随時変更いたします。

【ご家庭でお願いすること】

1.毎朝の検温と健康チェックの実施をお願いいたします。また、以下の症状がある方はプログラムへの参加はお控えください。

①発熱(37.5℃以上)

※日本感染症法の発熱の定義に基づき 37.5℃以上としています。37.5℃に達していなくても平熱より高く、体調不良等を感じる場合についても該当するものと致します。

②倦怠感

③呼吸器の症状(息苦しさ)

④喉の痛み

⑤咳

⑥味覚嗅覚がない

⑦その他新型コロナウイルスの症状に当てはまるもの

2.手洗いとうがい、アルコール消毒の徹底をお願いいたします。

※特に以下のタイミングでは消毒を必ず行ってください。

①プログラムの前後

②咳やくしゃみ、鼻をかんだ時

③ご飯を食べる時

④トイレの時

3.必ずマスクを着用の上、ご来館ください。

※飛沫感染防止や、無意識に自分で鼻や口等を触ることを防ぎ、自分自身での感染を防ぐ為にマスクを着用してください。

4.感染症対策として練習着(ユニフォーム・水着)を着用してご来館ください。

【プログラム運営についてのお願い】

- 1.発熱し熱が下がった日から4日以内のプログラムへの参加はお控えください。
- 2.熱が2日以上続いた場合は医療機関等に相談し、医療機関から参加の承諾を得てください。
- 3.家族、同居者等に発熱及び該当する症状がある場合は、プログラムの参加をお控えください。
- 4.家族、同居者等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YMCAまでご連絡ください。
- 5.家族等で感染拡大している地域や国からの帰国後14日以内である場合は、プログラムへの参加をお控えください。
- 6.次の基礎疾患や既往歴のある方は、プログラムへの参加には十分ご注意ください。
 - (ア) 糖尿病
 - (イ) 心不全
 - (ウ) 呼吸器疾患(喘息・COPD等)の基礎疾患がある方や透析を受けている方
 - (エ) 免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

【保護者の方へのお願い】

- ・保護者の方もマスクを着用の上、ご来館ください。
※入館される保護者の方は検温させていただきます。
- ・密集・密接を防ぐ為、指定の時間通りに送り迎えをお願いします。
※別紙「プログラム時間などの詳細」をご確認ください。

【お知らせ】

- ・接触感染予防の為、クラス手帳(出席カード)は当面の間使用しません。
- ・2020年度1期のワッペンテストは実施いたしません。
- ・当面の間、振替制度は実施いたしません。
- ・プログラム終了後のインフォメーションは行いませんので、HPや連絡アプリでご確認ください。

【休部・退部のお手続きについて】

- ・プログラムをご確認の上、休部もしくは退部をされる場合は、6月20日(土)18:00までにお手続きをお願いいたします。
- ・お手続きにつきましては、従来どおり窓口にて届け出をご記入いただくか、以下の二次元コードからアクセスいただきフォームを入力・送信ください。
- ・WEBでの手続き受付は、今回のみの対応とさせていただきます。



■ファミリーウエルネスセンターでは新型コロナウイルス(COVID-19)への感染予防対策として、以下のことを行います。

【スタッフ(リーダー)の対策】

1.毎朝の検温と健康チェックを実施します。以下の症状がある場合はプログラムの参加を控えます。

①発熱(37.5℃以上)

※日本感染症法の発熱の定義に基づき 37.5℃以上としています。37.5℃に達していなくても平熱より高く、体調不良等を感じる場合についても該当するものとして対応します。

②倦怠感

③呼吸器の症状(息苦しさ)

④喉の痛み

⑤咳

⑥味覚嗅覚がない

⑦その他新型コロナウイルスの症状に当てはまるもの

2.手洗い・うがい・アルコール消毒を徹底し、体調管理につとめます。

3.マスクを着用して指導します。

【換気対策】

1.可能な限り窓を開け、換気を行います。

2.常時換気が難しい状況であれば1時間に1回は換気を行います。※1日に複数回行います。

3.換気扇についても常時稼働させます。

【プログラム運営中の対策について】

1.会場の大きさ、館外館内、参加人数を考慮し3密を避けるプログラム運営、環境づくりを行います。

2.可能な限りメンバー同士、或いは指導者との間隔を空け、密接・密集を防ぎます。

3.トイレに行った場合は手洗い(アルコール消毒)を徹底します。

4.指導に際して、メンバーとの接触は最低限になるよう努めます。

5.体力を過度に消費しない消費させないプログラムを立案・実施します。

6.接触感染防止の観点から飲み物の共有は行いません。

【プログラム再開に向けて】

- 1.必ず来館時にアルコール消毒を行い、集合時(館入口)では検温を行います。
- 2.メンバーの体調確認を行い、体調がすぐれない場合は保護者の方にご連絡させていただきます。
状況に応じてお迎への対応をお願いいたします。また、お迎えに来られるまでは別室での対応とさせていただきます。
- 3.プログラムの入れ替えについては、館内、更衣室内の密度が高まらないように環境に応じて人数制限等を行います。
- 4.参加者の待機場所は各プログラムに合わせて設置します。また、待機している間はマスクの着用を徹底します。
- 5.プログラム終了時及びプログラム入れ替え時には、荷物かごやロッカー、運動器具の備品など、メンバーが手で触れるものは消毒を行います。

【YMCA 送迎バスについて】

- 1.バス運転手は必ずマスクを着用し、定期的に手指消毒を行います。
- 2.送迎バスでは可能な限り座席を空けて座り、常に窓を少し開けて換気しながら運行します。
- 3.バス内も定期的に消毒します。※バス内、座席シート、手すり等も1日に複数回消毒を行います。

《体育・体操のプログラムについて》

【事前にお願ひすること】

- ・お子さまとご確認の上、ご参加ください。
- ・ウォーターサーバー等のご利用できませんので、水筒(水分)をご準備ください。
また水筒は、可能な範囲で飲み口に手が直接触れない物をご使用ください。
- ・可能であればアルコール除菌のウェットティッシュ等をお持ちください。
- ・感染拡大防止のため、プログラム前後での着替えはできません。ご帰宅時などご協力をお願いいたします。

【プログラム再開に伴う内容変更と対策について】

(3密を防ぐ)

- ・プログラム再開に関しまして、密接・密集を防ぐため、参加人数を約半分に減らし、隔週で行います。
- ・当日参加者の人数や状況に応じて、少人数に分けてプログラムを行う場合がございます。
- ・親子体育の保護者の方は1名とし、お子様と運動される方のみご来館ください。

(飛沫・接触感染防ぐ)

- ・ご自身の荷物等はカゴを使用し、間隔を開けて室内に設置します。
- ・プログラムには消毒しやすい器具を使用し、各プログラム間や終了時に使用器具・カゴ等の消毒を行います。
- ・プログラム中の不要な会話は控えるようにすることや、適正な距離を保って順番を待つように促します。
- ・運動中の安全を守るための補助以外に、不用意な接触の機会を減らします。
- ・リーダーはマスクを着用し指導にあたります。参加される方はできる限りマスクの着用をお願いいたします。
※マスク着用に関しましては、運動の負荷に応じて対応いたします。
- ・ジмнаスティックスのプログラムは、参加者の状況も鑑み、体づくりの運動とマット・とび箱・鉄棒のいずれか(1日1種目)を行います。

(換気対策)

- ・各プログラム間で非常扉等を開放し、換気を行います。

【その他のお願いについて】

- ・密集・密接を防ぐ為、保護者の方もマスク着用の上、指定の時間通りに送り迎えをお願いいたします。
※別紙の「プログラム時間などの詳細」をご確認ください。
- ・エレベーターを使用の際は密接・密集を避け、少人数で複数回に分けて使用をお願いいたします。
- ・ウェア等の貸出は原則行いません。不安のある方は着替えなどをご持参ください。
※下着など緊急を要するものは新品をお渡ししますので、新品にてご返却をお願い致します。

《プログラム時間など詳細について》

プログラム名	曜日	プログラム時間	集合時間	迎え時間	集合・解散場所
親子体育	月・水	11:10~12:10	11:05	12:10	☆1階ロビー
2歳児体育	月・水	9:50~10:50	9:45	10:50	☆1階ロビー
3.4歳体育	水	15:30~16:30	15:25	16:30	☆1階ロビー
	土	14:00~15:00	13:55	15:00	☆1階ロビー
ジムキッズ	月・金	15:30~16:30	15:25	16:30	☆1階ロビー
アスレチックアカデミーA	火	15:30~16:30	15:25	16:30	☆1階ロビー
アスレチックアカデミーB	火	16:30~17:30	16:25	17:30	☆1階ロビー
ジムA	月・水・金	16:30~17:30	16:25	17:30	☆1階ロビー
	土	15:00~16:00	14:55	16:00	☆1階ロビー
ジムB	水・金	17:30~18:30	17:25	18:30	☆1階ロビー
	土	16:00~17:00	15:55	17:00	☆1階ロビー

☆入館前に検温を実施します。