

～鳥取型「新しい生活様式」実践向け～

スポーツジムにおける

事業継続のための新型コロナウイルス感染拡大予防対策例

鳥取県くらしの安心推進課

新型コロナウイルスに感染しないように営業を継続するため、スポーツジムが実施するサービス等の場面ごとに発生するおそれがある感染リスクへの対策例を整理しました。

皆さんの施設の状況や実情等にあわせて実践してください。

※ この対策例は最新の情報に基づき適宜更新していきます。

主な更新内容

次の感染予防対策の実施を追加しました。

- ① 店内では食事や化粧等のサービスを受ける時以外は、**お客様も従業員と同様に必ずマスクを着用する**よう要請すること。
- ② 来店時にお客様の体調確認を行い、**発熱や咳、咽頭痛等の症状のあるお客様の入店はお断り**すること。
- ③ **来店時にお客様に必ず手指を消毒していただく**よう要請すること。
- ④ **お客様に店内では大声での会話を控える**よう要請すること。
- ⑤ **お客様に厚生労働省が提供している接触確認アプリ（COCOA）の利用**を推奨すること。

新型コロナウイルス感染予防対策協賛店への参加

県版や業界ガイドラインを基に感染予防対策に取り組む事業者を、ステッカーの掲示や県HP（とりネット）に掲載して利用者にお知らせしています。

※ 協賛店の事業者の皆様は、

- ① **協賛店の証であるステッカー**
- ② **感染予防対策協賛店実施内容**
を利用者の見やすい場所に**掲示**しましょう。

※ 随時募集中です。**まだの事業者は是非、参加しましょう。**



問い合わせ先
新型コロナ克服くらしの
安心相談・応援窓口

東部 県庁くらしの安心推進課
中部 中部総合事務所生活環境局
西部 西部総合事務所生活環境局

☎0857-26-7989
☎0858-23-3982
☎0859-31-9637

正しい手洗いの方法



正しいマスクの着用



新型コロナ克服3カ条

1 **人と人 間が愛だ**
人と人が約2m離れば、飛沫感染防止で安心！



2 **三つもの 密だとミスだ**
三つの密（密閉・密集・密接）を回避！



3 **幸せは 予防で呼ぼう**
こまめな手洗いや咳エチケットで、
新型コロナウイルス感染症を予防！



消毒液の種類と用途

主な用途

石けん・ハンドソープによる手洗い

手指

アルコール（60%以上95%以下）

手指

物品

塩素系漂白剤等

（次亜塩素酸ナトリウム 0.05%以上）

物品

※ 以下を参考に、市販の塩素系漂白剤（主成分が次亜塩素酸ナトリウムであるもの）を薄めてください。
また、商品によって濃度が異なりますので、商品パッケージやメーカーのHPの説明をご確認ください。

- ①ハイター、キッチンハイター（花王）
水1Lに25mL（商品付属のキャップ1杯）
- ②ブリーチ、キッチンブリーチ（ミツエイ）
水1Lに10mL（商品付属のキャップ1/2杯）

※ 樹脂製の手袋をつけて取扱いましょう。皮膚についた場合、ただちに水で洗い流しましょう。

※ 腐食性があるので、金属へ使用した後は必ず水拭きしましょう。

店舗の営業場面ごとの感染拡大予防対策

1 開店準備

- ・ スタッフに出勤前に体温を測定させ、発熱や咳、咽頭痛等の症状があるスタッフは自宅待機させましょう。
 - ▶ **スタッフの体調不良を事前に把握することが重要です。**
- ・ 感染したスタッフや濃厚接触者と判断されたスタッフの就業は禁止しましょう。
 - ▶ **体調不良の方が申し出られるよう、休暇を取りやすい環境・体制を作りましょう。**
- ・ 開店に備えてスタジオやプールなどの各エリアの扉や窓を開けるなど施設全体の十分な換気をしましょう。
 - ▶ **空気を入れ替えることが重要です。窓がない場合は換気扇や扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょう。**
 - ① 窓を開けても風が入りにくい場合の工夫
空気が入ってくる窓を小さく、空気を外へ出す窓を大きく開けて空気の流れを作りましょう。
 - ② 窓がない場合の工夫
換気口も無い場合は、ドアを開けて扇風機などで部屋の外に空気を出す流れを作りましょう。また、換気口がある場合は、ドアを開けて扇風機などで部屋の中に空気を送り込む流れを作りましょう。
- ・ 施設内の各エリアでお客様が密集しないよう、設置固定している什器（ロッカーやソファ）や運動器具（トレーニングマシンなど）は、人と人との距離（フィジカルディスタンス）を確保できるだけの数に予め設定しましょう。
- ・ スタッフの出入りやお客様の動線は可能な限り分離しましょう。
 - ▶ **スタッフを感染リスクから守ることも重要です。施設裏口等を活用しましょう。**
- ・ 発熱や咳、咽頭痛等の症状のあるお客様には来店いただかないよう掲示をしましょう。
- ・ トイレのドアノブ、手すり、ロッカー、トレーニングマシンなど、各エリアで多くのお客様が触れる部分は入念に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょう。
- ・ スタッフは来客用のトイレの使用を控えましょう。
 - ▶ **接触の機会を減らすことが重要です。お客様とトイレを共有する場合は、これまで以上に手洗いの励行を呼びかけましょう。**
- ・ 感染予防対策に万全を期していることや具体的な対策をスタッフで共有しましょう。
- ・ 施設利用者の記録を管理して、最短でも1ヶ月分は保持しましょう。
- ・ 感染予防のためサービス内容の変更・中止も検討しましょう。
 - ▶ **サービス内容を変更・中止する場合は、その旨を掲示しましょう。**
- ・ 新型コロナウイルス感染予防対策協賛店はステッカーとチェックリストを入口に掲示しましょう。

2 フロント（チェックイン・チェックアウト・入会説明）

- ・ フィジカルディスタンスを確保できるよう施設規模やトレーニングマシン数に応じた予約制を取り入れましょう。
- ・ 来店時にお客様の体調確認を行い、発熱や咳、咽頭痛等の症状のあるお客様のチェックインはお断

りしましょう。

▶お客様の体温確認のため、非接触型の体温計の導入も検討しましょう。

- ・来店時にお客様がマスクを着用していることを確認し、運動時以外はマスクを着用するよう要請しましょう。

▶マスクを持っていないお客様に備えて、提供できるマスクを用意しましょう。

- ・来店時に厚生労働省が提供している接触確認アプリ（COCOA）の利用を推奨しましょう。
- ・出入口や各エリア入口に手指の消毒設備を設置し、入店時にお客様に手指消毒を要請しましょう。

▶施設内での手指の洗浄や消毒の励行も呼びかけましょう。

- ・フロントでお客様が密集しないようカウンター前に立ち位置を示して、間隔をあけて並んでいただくよう呼びかけましょう。

- ・チェックインやチェックアウトを確認するスタッフはマスクを着用するなど咳エチケットを実践するとともに、直接の対面を避けるためにアクリル板や透明ビニールカーテンで遮蔽しましょう。

▶お客様自身が受付処理する方法も検討しましょう。

- ・お客様に、施設内で大声での会話は控えていただくよう要請しましょう。
- ・入会のお客様への対応は、チェックイン・チェックアウトのお客様がフロントで密集しないよう別の場所で飛沫感染に注意して行いましょう。
- ・会費等の支払いには電子決済を活用しましょう。現金等を扱う場合は手渡しは避け、トレイに置いて受け渡しましょう。
- ・下足ロッカー付近で密集しないよう、フィジカルディスタンスを確保して利用するよう呼びかけたり掲示を行いましょう。

3 ロッカールーム（更衣室）

- ・お客様に、大声での会話は控えていただくよう呼びかけたり掲示を行いましょう。
- ・窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気しましょう。

▶空気を入れ替えることが重要です。扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょう。

- ・お客様がロッカー付近で密集しないよう、フィジカルディスタンスを確保して利用するよう呼びかけたり掲示を行いましょう。
- ・ロッカーはチェックイン時に鍵を貸し出すなどにより使用状況を管理し、お客様が入れ替わる都度、使用したロッカーの取手や鍵などのお客様が触れる部分を入念に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょう。
- ・設備（洗面台の蛇口取手など）や備品（ドライヤーや体重計など）で多くのお客様が触れる部分は、定期的に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょう。
- ・綿棒、コットンなどの提供やブラシ等の共有は避け、お客様に持参していただくようお願いしましょう。

▶用意する場合は、お客様ごとに要望に応じて使い捨てや消毒済みのものを提供しましょう。

4 トレーニングジム

- ・ お客様に、大声での会話は控えていただくよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ 窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気しましょ。
- ▶ 空気を入れ替えることが重要です。扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょ。
- ・ トレーニングマシンはお客様同士のフィジカルディスタンスを確保できるよう配置しましょ。
- ▶ 飛沫感染を防止することが重要です。アクリル板や透明ビニールカーテン等で隣のお客様や通路スペースのお客様と遮蔽することも有効です。
- ・ トレーニングマシンに汗拭き用として設置されているタオルの共有は避けましょ。
- ・ トレーニングマシンのレバーやサドルなど多くのお客様が触れる部分は、定期的に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょ。
- ・ トレーニングマシンの使用順番待ちでマシン付近にお客様が密集しないように、整理券発行などの対応をしましょ。
- ・ お客様に、使用する前後にトレーニングマシンの触れる部分を拭き取り清掃及び消毒液による消毒をするよう呼びかけましょ。
- ▶ お客様にこまめに消毒いただけるようにトレーニングマシンごとにアルコールを設置しましょ。
- ▶ 接触の機会を減らすことが重要です。お客様に手袋着用のおかげで使用していただくことも有効です。
- ・ トレーニングマシンの使用方法を説明するスタッフやトレーナーは、マスクを着用するなど咳エチケットを実践するとともに、お客様の真正面としないようにするなど、お客様と可能な範囲でフィジカルディスタンスを保ちましょ。
- ・ トレーナーは、補助によるお客様との接触を控えましょ。
- ・ トレーニングマシンを使用した後に手洗いをするよう呼びかけたり掲示を行いましょ。

5 スタジオレッスン

- ・ お客様（付き添いの父母等を含む）に、大声での会話は控えていただくよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ 窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気しましょ。
- ▶ 空気を入れ替えることが重要です。扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょ。
- ・ フィジカルディスタンスを確保できるスタジオ収容人数を予め設定するとともに、床にテープを貼るなど、お客様の立ち位置の目安を示しましょ。
- ・ スタジオレッスンでお客様に貸し出す運動用具（バランスボールやマットなど）は、返却の都度、拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょ。
- ・ 場所取りでスタジオ入口付近にお客様が密集しないように、整理券発行や間隔をあけて並んでいただくよう呼びかけるなどの対応をしましょ。
- ・ スタッフやトレーナーは、運動時以外はマスクを着用するなど咳エチケットを実践するとともに、お客様同様に運動する場合はお客様の真正面は避け、フィジカルディスタンスを保ちましょ。

- ・ トレーナー自身が大声を出したり、お客様に大声の発声を促すことは控えましょう。
- ・ 床に手をつくレッスンの場合、レッスン前に床も消毒しましょう。
- ・ 床に手をついたり、運動用具を使用した後に手洗いをするよう呼びかけたり掲示を行いましょ。

6 プール

- ・ お客様（付き添いの父母等を含む）に、大声での会話は控えていただくよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ 窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気しましょう。
 - ▶ 空気を入れ替えることが重要です。扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょ。
- ・ フィジカルディスタンスを確保できる入水人数を予め設定するとともに、プールやプールサイドの一面でお客様が密集しないように、監視スタッフやトレーナーは状況を監視し、空いているコースへのお客様の誘導や注意喚起をましょ。
- ・ プールサイドのデッキチェアなどはフィジカルディスタンスを確保できるよう配置ましょ。
 - ▶ 飛沫感染を防止することが重要です。アクリル板や透明ビニールカーテン等で隣のお客様と遮蔽することも有効です。
- ・ 手すり（水面より上に出ている部分）や洗顔水栓の取手など多くのお客様が触れる部分は、定期的に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をましょ。
- ・ プール教室でお客様に貸し出す運動用具（ビート板や浮き具など）は、返却の都度、消毒ましょ。
- ・ 監視スタッフやトレーナーは、プールサイドではマスクを着用するなど咳エチケットを実践するとともに、お客様の真正面とならないようにするなど、お客様と可能な範囲でフィジカルディスタンスを保ちましょ。

7 浴室（スパ・サウナ）

- ・ お客様に、会話は控えめにしていただくとともにフィジカルディスタンスを確保して利用いただくよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ 窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気ましょ。
- ・ 脱衣所ロッカー付近で密集しないよう、フィジカルディスタンスを確保して利用するよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ ドアノブや脱衣所ロッカーなど多くのお客様が触れる部分は、定期的に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をましょ。
- ・ サウナでの防熱マットなどを共有して使用することは避けましょ。

8 リラクゼーションスペース・休憩室

- ・ お客様に、大声での会話は控えていただくよう呼びかけたり掲示を行いましょ。
- ・ 窓を開けたり換気扇を起動し、常時可能な限り換気ましょ。
 - ▶ 空気を入れ替えることが重要です。扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）

と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょう。

- ・ マッサージチェアやソファなどはフィジカルディスタンスを確保できるよう配置しましょう。
 - ▶ 飛沫感染を防止することが重要です。アクリル板や透明ビニールカーテン等で隣のお客様と遮蔽することも有効です。
- ・ お客様に、必要以上の長時間の利用は控えるように呼びかけましょう。
- ・ 自動販売機のボタンやマッサージチェアの背もたれなど、多くのお客様が触れる部分は、定期的に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょう。

9 閉店後

- ・ 明日の営業に備えて、スタジオやプール等の各エリアの扉や窓を開けるなど施設全体の十分な換気をしましょう。
 - ▶ 空気を入れ替えることが重要です。窓がない場合は換気扇や扇風機なども活用して空気の流れを作って吸込口（入口）と吸出口（出口）を意識して空気を入れ替えましょう。
- ・ 施設内清掃を徹底し、各エリアで多くのお客様が触れる部分は、入念に拭き取り清掃及び消毒液による消毒をしましょう。
- ・ スタッフのユニフォームはこまめに洗濯しましょう。
- ・ ゴミ出しを行う場合は、マスクや手袋を着用しましょう。マスクや手袋を外した後は必ず手を洗いましょう。

10 店舗の管理

- ・ 換気設備を定期的に点検しましょう。
- ・ 洋式トイレでは蓋を閉めて汚物を流すよう呼びかけましょう。
- ・ ハンドドライヤーの使用は控えて、ペーパータオルを活用しましょう。
- ・ ゴミは蓋つきのごみ箱に入れて密閉しましょう。
- ・ 従業員の控え室等も換気や拭き取り清掃及び消毒液による消毒を徹底しましょう。