

新型コロナウイルス感染防止対策チェックリスト

- 1 家を出る前に検温を行う
- 2 少しでも体調に不安がある場合は参加を見合わせる
- 3 移動は自家用車を原則とし、公共交通機関を利用するときは必ずマスクを着用する
- 4 参加者をリストアップして保管する
- 5 会場に入る前には手を消毒する
- 6 練習時間以外はマスクを着用する
- 7 熱中症に注意し、こまめな水分補給とマスク装着時の体調変化に気を付ける
- 8 空気入れ等の共用物品は、使用する前後に消毒を行う
- 9 定期的に会場の換気を行う（30分に1度、5分程度）
- 10 集合する際は間隔に気を付ける
2 m程度のソーシャルディスタンスを確保するよう努める
- 11 会場で借りた備品は消毒して返却する
- 12 ゴミはすべてビニール袋に入れて密封し、持ち帰る
- 13 帰宅後は手洗い・うがい・消毒を行う
- 14 練習後2週間以内にコロナウィルスを発症した場合は、速やかに協会へ報告する