

若返り筋トレ教室ご参加の皆さまへのお知らせ

(令和2年5月25日付)

教室再開にあたり、当面の間、感染を防ぐため、3つの密を避けるため下記の通り、教室の利用方法を変更させていただきます。ご協力よろしく申し上げます。

●利用方法

- ・先着順による事前指定時間予約制の導入 (各時間14人まで)

- ① 9時～10時
- ② 10時30分～11時30分
- ③ 13時～14時
- ④ 14時20分～15時20分
- ⑤ 15時40分～16時40分

* 予約なしで来た場合、空きがあるときのみ利用可能

* キャンセル待ち受付なし

* 予約時間外の教室内への入室禁止

- ・ 予約方法

利用後直接または電話（86-6600）にて次回1回分のみを予約

- ・ 回数制限

1人週3回まで

●利用の見合せをお願いする場合

- ・ 体調不良時
- ・ 各自自宅にて体温チェックを行い、37.5°以上あるとき
- ・ 咳など風邪症状があるとき
 - * 利用中上記のような症状がみられるとき利用を断る場合あり
- ・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいるとき

●利用にあたってのお願い

- ・ 感染症対策の実施
 - マスクの着用（運動を行っていないとき）
 - 手指消毒、手洗い、咳エチケット
- ・ 対面での会話の自粛
- ・ 隣の人との距離の確保
- ・ エアロバイクの使用は30分まで
- ・ ウォーキングマシンの使用は20分まで
- ・ 熱中症予防のためにも積極的水分の摂取

* 新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかにご連絡をお願いします。

《お問い合わせ》

丸亀市綾歌保健福祉センター

教室 TEL : 0877-86-6600

事務所 TEL : 0877-35-8370