

利用者の皆様へ

令和6年2月6日

健康開発センターウイル フィットネスジム

直通TEL：082-208-5476

フィットネスジムご利用時のお願いについて

いつも健康開発センターウイルをご利用いただき、ありがとうございます。当施設では、ご利用者様・入院患者様の安全を確保するため、さまざまな感染対策を行っております。フィットネスジムをご利用の際は、下記の注意事項をお守りいただきますよう、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

－ 記 －

《来館時について》

- ・入館時の手指消毒をお願い致します。
- ・トレーニング中については、原則マスク（不織布）の着用をお願い致します。
- ・下記の利用自粛事項に該当する場合は、ご利用をお控えくださいますようお願い致します。

（
・ 新型コロナウイルスの感染または濃厚接触者判定 等
・ 体調不良（発熱、咳、倦怠感、嘔吐、下痢等）
）

《施設・更衣室・トイレについて》

- ・施設利用時間は入退館含めたご利用をお願い致します。
- ・シャワー室はご利用頂けます。（ドライヤーについては使用中止とさせていただきます。）
- ・トレーニングファイルにご利用されたロッカーの番号のご記入をお願い致します。

《トレーニングについて》

- ・アルコールによる手指消毒およびマシン、トレーニング器具の消毒をお願い致します。

※有酸素マシンは、接触部や汗、汚れ等が付着した場合は消毒をお願いいたします。

- ・トレッドミル・ステアクライマーは、マスクを外してご利用頂いても結構です。
使用後は、呼吸を整えてから再度マスクの着用をお願い致します。
- ・スタジオを利用される際は、ソーシャルディスタンスエリア（赤枠の中）を目安にご利用下さい。

《退館時について・その他》

- ご利用されたロッカーについては、退館時に鍵をかけてフィットネスカウンターへご返却をお願い致します。

《営業時間について》

- 下記の表1をご参照ください。

表1 利用時間帯 **※入退館を含む**

	火	水	木	金	土
午前 (A) 最終チェックイン 12:00	9:30~12:30	休館	9:30~12:30	休館	休館
午後 (B) 最終チェックイン 16:30	13:30~17:00	休館 ※15:00~17:00	13:30~17:00	13:30~17:00	13:30~17:00

《教室プログラム および 感染対策について》

- 下記の表2をご参照ください。

表2 教室プログラム

火	水	木	金	土
【ヨガ】 10:00~11:00 高下	休館	【エアロビクス】 ※10名までの予約制 10:00~11:00 岡本	休館	休館
【筋肉コンディショニング】 ※10名までの予約制 14:30~15:30 仁科	休館 ※教室プログラム中止	【ピラティス】 14:30~15:30 手嶋	【ヨガ】 14:30~15:30 永松	【ストレッチ】 14:30~15:00

エアロビクス・筋肉コンディショニング教室

- 原則、予約制とさせていただきます。
- 安全確保および感染対策により、10名までの人数制限とさせていただきます。
- エアロビクスおよび筋肉コンディショニング教室において、マスク着用は個人の判断と致します。

※マスク着脱に関する個人の主体的な選択が尊重されますようご理解お願い致します。

- スタジオのソーシャルディスタンスエリア（赤枠の中）を目安にご参加下さい。
- 施設内やトレーニング中は、引き続きマスクの着用（不織布）をお願い致します。
- マスクをしていない場面での会話の自粛にご協力をお願い致します。
- 教室開始時間までにご来館下さい。

—予約方法について（予約票）—

- ① 「予約票」にご希望の日時を記入して下さい。（複数日予約不可）
 - ② 予約票をファイル棚の「予約票 BOX」へ提出して下さい。
 - ③ ご退館までにトレーナーより「予約票」をお返し致します。
- ※予約をキャンセルされる際は、フィットネスジムへご連絡いただきますようお願い致します。

ヨガ・ピラティス・ストレッチ

- 予約および人数制限なしでご参加いただけます。
- ※感染対策により、変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- マスク着用（不織布）でのご参加をお願い致します。

以上