

## 袖ヶ浦健康づくり支援センター (ガウランド) 各利用エリアのお願い事項について

### □■ トレーニングルーム ■□

- マスクを着用のうえ、ご利用ください
- 利用者の間隔をとるため、下記マシンの利用を制限します  
ランニングマシン・リクライン・バイク・ヴァリオ
- 感染拡大防止のため、下記物品の利用を中止します  
ベルトトレーナー・冷水機・血圧計・身長計・体重計
- 室内シューズはシューズ袋等に入れて、持ち運びください
- 持込荷物は水分補給用ドリンク(※)、タオル等最小限とし、トレーニングルーム内では指定のかごに入れて持ち運びください ※水分補給用ドリンクは水筒もしくはペットボトルに入れてお持ちください
- マシン・運動器具は使用后、汗の拭きとり・消毒をおこなってください
- 利用時間、使用できる器具が限られております。マシンは譲り合ってください
- 指導員からの案内・指導は一部制限させていただきます
- 呼気があがり過ぎるような強度での運動はお控えください



### □■ プール ■□

- 感染拡大防止のため、採暖室の利用を中止します
- 持込荷物用の袋を準備のうえ、水分補給用ドリンク、タオルを入れてください
- 持込可能な物品は以下のとおりです。使用前に水でしっかり流してからご使用ください  
ビート板、ブルブイ、浮き輪(直径55cm未満)
- プール利用前後に、長めにシャワーを浴びてください(最低15秒以上)
- 貸出用具は、使用後に定められた位置にお戻しください



### □■ 浴室・更衣室 ■□

- 密集を避けるため、サウナの利用を中止します
- 長時間の入浴はお控えください
- 洗い場の数に限りがありますので、譲り合ってください
- ロッカーは指定された場所のみ使用してください
- 感染拡大防止のため、下記物品の利用を中止します  
ドライヤー(※)・冷水機・体重計・脱水機・脱衣かご ※ドライヤー持込、指定場所での使用可
- 水分補給以外の飲食はお控えください

## □■ その他館内施設 ■□

### 1 階健康情報コーナー

- 当面の間、利用を中止します

### 2 階休憩エリア

- 2 階利用の前後に、手指消毒にご協力ください
- 感染拡大防止のため、テレビの利用、本・碁盤の貸し出しを中止します
- 利用者同士の間隔をとってご利用ください
- 飲食を伴う座談会は禁止です
- 退出時間となりましたら速やかに退出をお願いします



### 研修室

- ご利用の際は電話にて予約をお受けします（10 名／半面まで）
- 貸出備品を使用する場合は、施設にて準備しますので、予約時に使用する備品名・数をお伝えください
- 利用にあたっては、利用者自身の管理のもとで感染予防対策を講じてください
- 利用後は、使用した備品類をそのままにして退室し、受付までお声掛けください

### キッズルーム

- 当面の間、ボランティアによる保育を中止します

## □■ 館外施設 ■□

### ウォーキングコース、広場

- 利用にあたっては、利用者自身の管理のもとで感染予防対策を講じてください

### バーベキュー場

- 当面の間、利用を中止します

## □■ 送迎バス ■□

- 当面の間、運行を中止します

お問い合わせ先:



公益財団法人体力づくり指導協会 ※月曜定休  
袖ヶ浦健康づくり支援センター

袖ヶ浦市三ツ作 1862-12  
TEL. 0438-64-3200  
www.tairyoku.or.jp/

**Gauland**  
ガウランド

D-2006HF-0026