

## 練習参加における注意事項

- 1. 体温が37度以上の場合、練習に参加することはできません。**  
練習日には家庭で検温し、37.0°以上の発熱や咳・のどの痛みなどの症状がある場合、また、家族に同様の症状がある場合は練習をお控えください。朗子会館入口にて検温して頂きます。
- 2. 朗子会館の中ではソーシャル・ディスタンスの確保にご協力ください。**  
階段の上り下り、廊下やロビーなど他者との間隔を空けるよう心掛けてください。
- 3. 練習が終わったら体育館の右側ドアよりお帰りください。**  
密にならないよう動線を一方にするため、帰りは体育館右側ドアが出口になります。
- 4. マスクは外して練習を行います。**  
練習前まではマスクを着用ください。熱中症予防のため練習中はマスクを外します。指導員は指導中マスクを着用します。保護者もマスクを着用ください。
- 5. 手洗いを徹底ください。**  
下駄箱に靴を置いた後、すぐに手洗いをしてください(トイレ、更衣室)。練習後もすぐに手洗いを行ってください。
- 6. 練習中は大きな声を出したり、密接しないようにしましょう。**  
隣同士あまり近づかないようにしてください。
- 7. 密集を避けるため終了規定時刻5分前に練習を終了します。**  
終了規定時刻5分前にあいさつをし、次の時間が始まる前にお帰り願います。
- 8. 前のクラスの会員と密集しないよう、練習開始時刻ギリギリにお越しください。**  
前のクラスの会員と密集しないよう、あまり早く(10分以上)来ないようにしてください。
- 9. なるべく自宅で練習着に着替えて来てください。**  
ロビーや更衣室が密にならないよう、なるべくご自宅で練習着に着替えて来てください。  
ロビーや更衣室で着替える場合は、お互い密にならないようご注意ください。
- 10. 幼児コース以外の保護者の観覧は原則禁止とします(密集・密接にご注意ください)。**  
幼児コース以外の保護者の付き添いは原則として朗子会館1階までとします。やむを得ず4階を利用される場合はお隣同士密接しないようお願いいたします。
- 11. 振替練習には事前予約が必要です。**  
クラス毎に定員を設けていますので定員を超えた場合振替練習はできません。事前(当日の練習前まで)にご連絡ください。
- 13. 新型コロナ対策としての休会費は無料です。事前に電話連絡をお願いします。**  
新型コロナ対策として休会を希望される場合の休会費は頂きません。事前連絡をお願いします。
- 14. 日頃から十分な睡眠やバランスのとれた食生活を心掛け、体調管理にご注意ください。**

ご不明な点などございましたらスタッフへお声掛けください

また、子供たちへも事前に読み聞かせをお願いします。