

2020年4月10日

会員及び会員保護者 各位

東富士スイミングクラブ

## 体調管理の徹底について

4月8日に東京都・神奈川県・埼玉県・千葉県・大阪府・兵庫県・福岡県の7都府県に「非常事態宣言」が発令され、愛知県や京都府も「非常事態宣言」の対象に含めるよう要請したとの報道がされています。

静岡県においても毎日感染者の報道がされています。

会員の皆様におかれましても毎朝の体温チェック・手洗い・マスクの着用など新型コロナウイルス感染症対策をお願いいたします。

子供のスクールにてテレビや新聞等で免疫力を上げる効果があるといわれている「あいうべ体操」を体操時に実施しています。

この体操は

- ① 口を大きく「あ・い・う」と動かす。(声は出さなくてもいいです。)
- ② 「え」の発音で舌を思いっきり出す。
- ③ これを毎日10回～30回行う。

ぜひご家庭でも行ってみてください。

ご利用について

- 1) 海外に渡航されていた方・海外に渡航されていた方と行動を共にされていた方、感染が疑われる場所に行かれていた方は2週間経過後、異常のない方のみご利用いただけます。
- 2) 37.5℃以上の熱が2日以上続いている方・倦怠感や咳、息苦しさのある方のある方のご利用はできません。
- 3) 感染防止のため、ご利用の際は消毒を徹底させていただきます。

引き続きご不便をおかけいたしますが、新型コロナウイルス感染症感染防止のためご協力をお願いいたします。

以上