

# お客様各位

## 大口町健康文化センター一般利用について

大口町健康文化センター（ほほえみプラザ）は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、研修センター（4階：研修センター、1階：多目的室・会議室）及び5階トレーニングセンターの利用について、利用人数、利用時間を引き続き制限させていただきます。

入館時には検温、手指消毒及びマスクの着用、利用先では利用者名簿の記録をお願いします。

皆様にはご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

## 記

### 一部再開エリア

- ・貸室 1階※4階

3月1日～3月31日まで

（2月1日（月）から3月分の利用予約の受付をいたします。

当面の間、予約受付は1ヶ月のみと致します）

※詳細については別添を参照ください。

- ・5階トレーニングセンター（要予約）

3月1日～3月31日まで

※詳細については別添の表を参照ください。

以上

大口町健康文化センター

# 研修センター（4F,1F（多目的室・会議室））

※現在制限させていただいております利用について、一部を緩和します。

## ※緩和する利用内容

### 1. スタインウェイピアノ（ふれあい1）

- ・個人でのご利用でお願いいたします。（1名の付添い可）
- ・一回の利用は1時間とします。前の利用者との受付は30分空けさせていただきます。
- ・入退室時には手洗いを励行していただきます。  
（アルコール消毒は行わないでください）
- ・30分に1回、5分以上の扉を開けての換気にご協力いただきます。

### 2. 発声・唱和を伴うもの

- ・扉を閉めてご利用できますが、窓は開放したままでお願いいたします。
- ・30分に1回、5分以上の扉を開けての換気にご協力いただきます。

### 3. 楽器練習

#### 【息で吹かない楽器（打楽器・弦楽器など）】

- ・扉を閉めてご利用できます。窓は開放したままでお願いいたします。
- ・30分に1回、5分以上の扉を開けての換気にご協力いただきます。
- ・楽器などの共用は控えてください。
- ・距離を十分に確保し移動しないようお願いいたします。（着席・着座）
- ・掛け声などは行なわないようお願いいたします。

#### 【息で吹く楽器】

- ・個人でのご利用でお願いいたします。
- ・扉を閉めてご利用できます。窓は開放したままでお願いいたします。
- ・30分に1回、5分以上の扉を開けての換気にご協力いただきます。

## ※制限を継続する内容

- ・二人以上でのカラオケ（マイクを共用するため）
- ・二人以上での息で吹く楽器（マスク着用ができないため）
- ・密接時間が長いもの（整体・社交ダンスなど）

利用の際には、利用時間、利用人数など一部制限がございます。  
詳細につきましては、総合案内にてご確認ください。  
ご不便をおかけしますが、感染拡大防止のため、今しばらくご理解  
とご協力をお願い致します。

# 大口町トレーニングセンター

## ※ご来館時のお願い

- ・マスクの着用でご来館ください。
- ・入館時に検温・健康観察・お名前の確認をさせていただきます。  
(37.5℃以上の方は入館をお断りいたします)
- ・事前予約をされた方のみご利用できます。
- ・当日の受付は各時間の5分前から開始いたします。  
(早く来館されても、入館はお待ちいただきます。)
- ・アルコール消毒、手洗い等で除菌をお願いいたします。
- ・館内の移動は、順路表示に従ってお進みください。
- ・退室時は、スタッフにお声をかけていただき、指示に従ってください。  
(お約束の時間には完全に退室していただきます)

## ※衛生管理の徹底・3密の回避

- ・各部屋の窓等は常時開放させていただきます。  
(エアコンは稼働しますが、衣服等での調整や寒さ対策をお願いいたします)
- ・フロント、トレーニングルーム・ロッカー等でのビニールカーテン等の設置をしています。
- ・ウォーターサーバーの利用を停止します。必ず各自で水分補給できるものをお持ちください。  
(水分補給はこまめにとりましょう)  
(ペットボトル等は必ずお持ち帰りください)

施設名称	ご利用期日	利用時間	定員	予約方法	特記事項
トレーニングセンター	3月1日 ～ 3月31日	9:00-11:30 (最大150分) 受付 8:55～	各30名	電話予約	定員を超えた場合は抽選とさせていただきます
		12:00-14:30 (最大150分) 受付 11:55～			
		15:00-17:30 (最大150分) 受付 14:55～			
		<del>18:00-19:30 (最大90分) 月～木 受付 17:55～ お休みさせていただきます</del>			

### ※トレーニングルーム予約の方法について

- ◎利用期間 3月1日(月)～3月31日(水)
- ◎電話受付時間 10:00～17:00 (0587-94-0057)
- ◎希望時間は上記の表から選択ください。
- ◎希望日は下記のカレンダーから選択ください。
- ◎下記色枠の各週の日程から最大5日分予約可能です。  
1ヶ月最大15日分の予約可能 5日分/各期間
- ◎予約多数の場合は抽選とさせていただきます。

### 3月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

※利用予約枠

・青色枠 3/1(月)～3/10(水)

・緑色枠 3/11(木)～3/20(土)

・桃色枠 3/21(日)～3/31(水)

## ※スタジオ予約の方法について

- ◎利用期間 3月1日(月)～3月31日(水)
- ◎電話受付時間 10:00～17:00 (0587-94-0057)
- ◎希望のレッスン、時間は下記の表から選択ください。
- ◎1日1レッスンの予約とさせていただきます。(1ヶ月最大16回分の予約可能)
- ◎複数クラスのはじめてエアロ・かんたんくびれシェイプ・リラクヨガ・ナチュラルヨガ・バレトンの予約は各曜日ひとつを選択ください。
- ◎スタジオ定員数は25名(STEPは13名)とさせていただきます。
- ◎予約多数の場合は抽選とさせていただきます。
- ◎予約後の変更はできません。
- ◎当日のキャンセル枠はございません。
- ◎最小の定員数に達しない場合はお休みさせていただきます。

## 2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

ヨガ申込期間

・黄色枠 2/1(月)～2/9(火)

トレーニング申込期間

・水色枠 2/15(月)～2/28(日)

※はじめてエアロ・かんたんくびれシェイプの予約はひとつのみ曜日を選択ください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00～ 初級エアロ		10:00～ はじめてエアロ ※	10:00～ かんたんエアロ	10:00～ バレトン	10:30～ 燃やせ!脂肪!	
11:00～ ヨガ	11:00～ リラクヨガ	11:00～ バランスヨガ	11:00～ ウェーブリング	11:00～ くびれシェイプ ※	13:30～ たのしくエアロ	13:30～ バレスタイル はじめてエアロ※
		14:00～ やわらかヨガ 第2・4週のみ	14:15～ うきうき ハワイアン	14:00～ しなやかヨガ		14:30～ ナチュラルヨガ
	18:15～ くびれシェイプ ※	18:15～ STEP				

## 【フロント】

- ・会員証等の授受は直接の手渡しを回避させていただきます。
- ・雑誌等の館内共有閲覧はご遠慮いただきます。
- ・全館において、お客様同士の距離（間隔）にご配慮いただき、会話は極力お控えください。

## 【更衣室】

- ・自宅で着替えを済ませ、更衣室の滞在時間をなるべく短縮できるようご協力ください。
- ・更衣室（ロッカー）の利用時、間隔を空けさせていただくため利用の制限をいたします。
- ・ドライヤーの利用は中止いたします。

## 【シャワー室】

- ・シャワー室の利用を再開いたします。（お一人15分予約制）当日フロントにて受付をお願い致します。

## 【下駄箱】

- ・靴の脱履は指定場所にてお願いいたします。

## 【トイレ】

- ・スリッパのご利用は停止させていただきます。

## 【トレーニングルーム】

- ・マスクの着用でご利用ください。
- ・トレーニングマシン等は利用時の間隔を空けていただくために一部ご利用の停止をさせていただきます。
- ・トレーニングマシン等利用後はお渡しするタオルでの拭き取りをお願いいたします。

## 【スタジオ】

- ・マスクの着用でご参加ください。
- ・フェイスシールド・マウスシールドはご遠慮ください。
- ・当館のマットを利用される方はお渡しするタオルでの拭き取りをお願いいたします。

## 【有料教室】

- ・教室中はマスクの着用をお願いいたします。
- ・教室終了後はお渡しするタオルでの拭き取りをお願いいたします。

	月	火	水	木	金	土
午前	筋骨	朝トレ	筋骨初級	筋骨	元気の泉	キッズダンス
午後	ウエスト	太極拳		ウエスト	ウエスト初級	タイ古式ヨガ
	筋骨		キッズバレエ	筋骨	キッズダンス	
		キッズバレエ	キッズバレエ	キッズダンス	キッズダンス	

※ 閉館前令和 2 年 2 月 26 日（水）までにご購入された回数券、月会員券の利用につきましては有効期間を延長しご利用いただけるよう対応いたします。  
トレーニングセンターまでお問い合わせください。