



シーサイド通信 7月号

田尻町多目的グラウンド及び田尻町営プール



・スポーツをみる ・スポーツをする ・スポーツを支える



新型コロナウイルスによる自粛生活から少しずつ普通の生活になってきて気も緩みがちですが手洗い・うがい・消毒・3密を心掛けましょう。

暑い日が続きますが水分補給をして熱中症対策も注意しましょう。

健康管理に気をつけて楽しく運動しましょう♪♪



(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本: ①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m (最低1m) 空ける。
 - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う (手指消毒薬の使用も可)。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 □ 咳エチケットの徹底
- こまめに換気 (エアコン併用で室温を28℃以下に) □ 身体的距離の確保
- 「3密」の回避 (密集、密接、密閉)
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



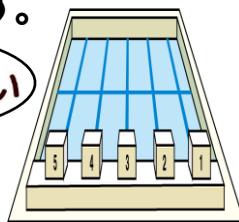
お知らせ

シーサイドドームで開催している夏季水泳教室については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止いたします。



ごめんなさい

スタッフのつぶやき



ドームの近くに
まもなくコンビニが
できるみたいです。

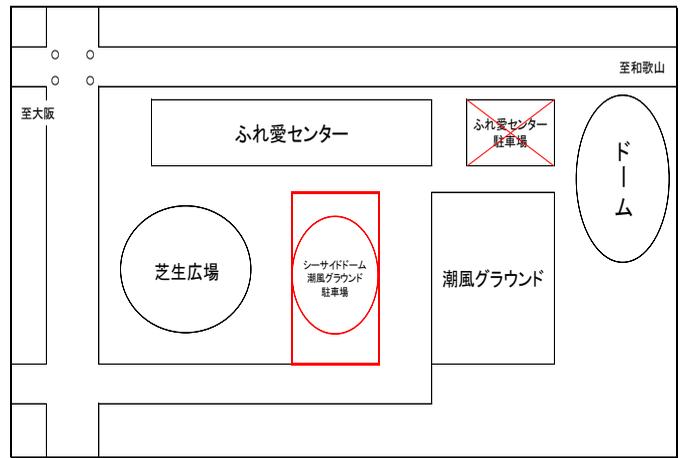
吉田コーチ



駐車場ご利用のお客様へ

シーサイドドーム・潮風グラウンドの駐車場は潮風グラウンド(野球場)横の駐車場です。ふれ愛センター(ドーム横)の駐車場には駐車しないで下さい。

ふれ愛センター利用者様が車を止められず困ることがあります。ご協力お願い致します。



教室お盆休みのお知らせ

体操教室 8 / 10(月)~8 / 15(土)

テニス教室 8 / 10(月)~8 / 15(土)

サッカー教室 8 / 12(水)

野球教室 8 / 11(火)・8 / 14(金)



Facebook・HP紹介

屋内コート・潮風グラウンドの空き状況、各教室カレンダーやイベント情報を毎日お知らせしています。シーサイドドームのスタッフが愛を込めて更新していますので、ぜひ、チェックしてください！ できれば「いいね」も。笑



●website

<http://sports-tajiri.jp/>

●Facebook

<https://www.facebook.com/sportstajiri>

田尻 シーサイドドーム

