

# パーソナルジム業界における 新型コロナウイルス対策ガイドライン

第3版

**DIET CONCIERGE**

ダイエットコンシェルジュ



**DIET CONCIERGE**  
PERSONAL TRAINING DIET SEARCH

2020.5.12 第3版発行

## はじめに

2019年12月より「新型コロナウイルス（SARS-CoV2）」の世界規模での感染拡大が問題になっており、我が国日本でも2020年2月25日に「**新型コロナウイルス感染症対策の基本方針**」が公表され、様々な対策が講じられています。

参考：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000599698.pdf>

首相官邸や内閣官房、厚生労働省などからも「**感染の流行を早期に終息させるために極めて重要な時期である**」と発表されており、ダイエットコンシェルジュにおいても「患者の増加スピードを抑えること」と「流行の規模を下げ、患者数のピークを下げること」への対策は必要不可欠であると考えております。

参考：[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html)

ここに至り、ダイエットコンシェルジュでは掲載されているパーソナルジム及び、パーソナルジム業界に関わる運動指導者、従業員、関係者、そしてその家族の皆様の生命と健康を守るために「**パーソナルジム業界における新型コロナウイルス対策ガイドライン**」を制定することとなりました。

パーソナルジム業界の存続と今後の発展のために、パーソナルジム各位においては、この対策ガイドラインを遵守して頂きますよう、何卒お願い申し上げます。

2020年3月12日  
株式会社レバレッジ  
ダイエットコンシェルジュ運営責任者 森井 寿生

## 基本方針

新型コロナウイルスの感染様式は、現時点では飛沫感染と接触感染の2つだと考えられています。

### (1) 飛沫感染

感染者の飛沫(くしゃみ、咳、つばなど)と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。

※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき。

### (2) 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きます。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、感染者に直接触れなくても感染します。

※感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど

そのため、飛沫感染と接触感染を前提とした対応と対策を定めるものとする。

参考：<https://www.cas.go.jp/jp/influenza/pdf/faq.pdf>

### ①体調の思わしくないお客様の施設利用の自粛要請

次に該当する症状や事情が見受けられるお客様が来店なさった場合には、サービスの提供をお断りするようにすること。

**ア.**息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの症状のいずれかがある方。

**イ.**重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合。

※高齢者をはじめ、基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患（慢性閉塞性肺疾患など））がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方。

参考：[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html)

参考：[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_00094.html#soudan](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#soudan)

**ウ.**同居家族や身近な知人などに新型コロナウイルスへの感染が疑われる方がいる場合。

**エ.**過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要と発表されている国・地域への渡航、並びに当該在住者との濃厚接触がある方。

参考：<https://www.anzen.mofa.go.jp/>

但し、ア～エに該当するお客様へサービスの提供をお断りした場合には、次回のサービスを円滑に受けられるように配慮すること。

## ②運動指導者、従業員、関係者らが行う施設設備における対応

場内の衛生確保と感染防止への対処として、次のような対応を行うこと。

(スタッフの対応について)

**ア.**運動指導者、従業員、関係者ら(以下、スタッフと言う)は、息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの症状が有る場合には、業務に従事させないこと。

**イ.**スタッフの同居家族や身近な知人などに新型コロナウイルスへの感染が疑われる人が発生した場合には、業務に従事させないこと。

**ウ.**スタッフはうがい・手洗い・手指の消毒を徹底し、マスクを着用しての業務に従事すること。また、運動指導者についてもマスクの着用をし、感染拡大防止に努めること。

**エ.**スタッフはお客様に対し、可能な限りマスクの着用を促すこと。並びにお客様にもうがい・手洗い・手指の消毒を積極的に促すこと。

参考：<https://www.cas.go.jp/jp/influenza/pdf/kansen.pdf>

**オ.**スタッフはお客様に対し、濃厚接触を避けるとともに、指導の際の距離に十分留意すること。指導の仕方にも一定の配慮をすること。

参考：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000599431.pdf>

**カ.**人の集まるイベントや、集団でのレッスンは中止または延期の対応を行うこと。

**キ.**休校措置の取られている学校のあるエリアでは、幼児・学童・学生など(18歳未満)を対象とした教室ならびにイベントは休講とすること。

【1】その案内に際し、振替受講の案内・申込受付体制を事前に準備し、該当するお客様に明確に提示する。

【2】休講期間は地域学校の休業状況に則して柔軟に対応する。

(施設設備の対応について)

**ア.**施設入り口等に手指の消毒剤を設置すること。その際に使用する推奨薬剤はアルコール製剤・次亜塩素酸ナトリウムとする。

**イ.**施設の入り口以外にも、洗面所や更衣室、トレーニング機器のある部屋等の不特定多数が訪れる箇所のこまめな汗拭き・除菌、清掃の実施及び実施済管理簿の設置をすること。汗拭き・除菌、清掃の実施については2時間に1回の割合で行われる事が望ましい。

**ウ.**トレーニングマシンなどのトレーニング機器については、使用後に消毒剤で拭き取りを実施すること。

**エ.**施設内の換気を徹底すること。定期的な窓を開けての換気や、空気清浄機によって施設内の空気を清浄に保つようにすること。頻度については1時間に3回程度の換気がなされることが望ましい。

### ③三つの密を避けることの徹底

政府の指針である、以下の三つの密を避けることを徹底すること。

- 【1】密閉空間（換気の悪い密閉空間である）
- 【2】密集場所（多くの人が密集している）
- 【3】密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる）

参考：[https://corona.go.jp/expert-meeting/pdf/kihon\\_h\\_0407.pdf](https://corona.go.jp/expert-meeting/pdf/kihon_h_0407.pdf)

### ④感染者が出た場合の対応

- 【1】即時に保健所へ報告。求められた情報は速やかに開示のこと。

> 滞在者情報の摘出。

> 感染者の入館時から退館の一時間後くらいまで在館していた会員のリストアップ。

- 【2】保健所の指示に従った上で早い段階で休館を決定し、関係者への周知を図る。

\* あらかじめ、会員規約「〇日のクラブ閉鎖の場合は会費取り扱いを〇〇とする」等の規約を確認しておくこと

【3】感染者利用などの判明により同時時間帯の在館者への連絡、あるいは逆のケースとして、会員から自分が利用していた月日や時間の問合せなどが集中するケースが考えられることから、現場負担が多くなることへの想定と、起きた場合の対応事前の検証が望ましい。

【4】自社内だけでなく行政に対する関連者リスト提出を求められる場合を想定し、抽出するデータベースの確認や作業の手順など具体化しておくことが望ましい。

【5】休業期間については、所管保健所により指揮の有無が分かれているのが現状。意思疎通に留意する。

【6】施設汚染が発生すると専門業者による施設の消毒が求められるので、既存取引先・地域の業者から対応の可否を確認しておく。

### ⑤休会者への対応

通常期に比べて「休会申し出」が増えることが予想される。規約会則上の扱い方法を全スタッフで共有し、いつ問合せがあっても、誰が受けても、答えられる体制を整えること。また、再開後のサービスを円滑に受けられるように配慮すること。

### ⑥政府の緊急事態宣言の出されたエリアでの対応

政府からの緊急事態宣言の出ている地域や、行政機関からの休業要請の出された地域では、現状の緊急事態期間である令和2年4月7日から5月31日まで（政府の指定期間が延長になった場合はその期間）休業なども選択肢として考慮すること。

参考：[https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitai\\_sengen.pdf](https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitai_sengen.pdf)

## おわりに

現時点において、日本国内で大規模な感染拡大が認められている状態ではありませんが、一部地域には小規模の患者クラスター(集団)が把握されている状態になっています。

そのため、フィットネス業界やパーソナルジム業界でも感染拡大防止策を講じ、患者の増加のスピードを可能な限り抑制することが求められています。

参考：[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

もしも対策を怠れば、パーソナルジム業界全体が自粛要請を受ける可能性が高まります。

また、緊急事態宣言の発令に伴い、該当エリアや自治体の休業要請の出たエリアについては、休業も視野に入れた対策を考えていただきますようお願い申し上げます。

本書を御覧になっている方、パーソナルジム業界に関わる運動指導者、従業員、関係者の皆様には、感染拡大防止に対して万全の体制と運用を行って頂きますよう、重ねて心よりお願い申し上げます。

株式会社レバレッジ  
ダイエットコンシェルジュ運営責任者 森井 寿生

## 本書の参考一覧

新型コロナウイルス感染症に備えて | 首相官邸ホームページ

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>

新型コロナウイルス感染症の対応について | 内閣官房新型インフルエンザ等対策室

[https://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel\\_coronavirus.html](https://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel_coronavirus.html)

新型コロナウイルスに関するQ&A(一般の方向け) | 厚生労働省

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_ga\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_ga_00001.html)

新型コロナウイルスに関するQ&A(企業の方向け) | 厚生労働省

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_ga\\_00007.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_ga_00007.html)

新型コロナウイルス感染症対策の基本方針 | 厚生労働省

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000599698.pdf>

新型コロナウイルスQ&A | 内閣官房

<https://www.cas.go.jp/jp/influenza/pdf/faq.pdf>

新型コロナウイルス感染症（新型コロナウイルス感染症対策の基本方針の具体化に向けた見解） | 厚生労働省

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage\\_00006.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00006.html)

外務省 海外安全ホームページ

<https://www.anzen.mofa.go.jp/>

新型コロナウイルス感染症対策の基本方針の具体化に向けた見解 | 厚生労働省

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000599431.pdf>

新型コロナウイルス感染症について

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

2020年3月12日 1版

2020年4月16日 2版

2020年5月12日 3版

以上