

## 【サークル】体育館使用ガイドライン

※学生生活係、体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1
3密条件	密閉度	換気の徹底(対面する窓・非常扉を開放するなど)	換気の徹底(対面する窓・非常扉を開放するなど)
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	2m以上の身体的距離を確保
	密着度	身体接触を避ける	軽度の身体接触から可
施設や用具の使用・共有	施設	1団体単独使用。最大20名程度まで。	2団体まで同時使用可。(共有時の使用空間の広さによるが)2団体あわせて最大30名程度まで。
	用具	共有を避ける	極力共有を避け、共有する場合は、使用前後の清掃・消毒作業を行い、必ず手指の消毒を行う
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用/シャワーは使用不可/換気の徹底/使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用/シャワーは使用不可/換気の徹底/使用前後に消毒を行う
使用時間	1時間以内の活動と30分の清掃・消毒作業	1時間30分以内の活動と30分の清掃・消毒作業	
健康管理	検温	朝と夜の検温	朝の検温
	体調チェック	体調チェック表の作成および記録	体調チェック表への記録
感染予防	マスク	運動時以外はマスク着用義務	運動時以外はマスク着用義務
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな掛け声や指示、応援をしない
トレーサビリティ	参加者・参加時間を記録	参加者・参加時間を記録	

## 【サークル】武道場使用ガイドライン

(\*弓道場も、これに準ずる)

※学生生活係、体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1
3密条件	密閉度	換気の徹底(対面する窓・非常扉を開放するなど)	換気の徹底(対面する窓・非常扉を開放するなど)
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	2m以上の身体的距離を確保
	密着度	身体接触を避ける	軽度の身体接触から可
施設や用具の使用・共有	施設	1団体単独使用。最大15名程度まで。【弓道場;射場に同時6名まで】	2団体まで同時使用可。(共有時の使用空間の広さによるが)2団体あわせて最大20名程度まで。【弓道場;1団体のみ、射場に同時8名まで】
	用具	共有を避ける	極力共有を避け、共有する場合は、使用前後の清掃・消毒作業を行い、必ず手指の消毒を行う
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用/シャワーは使用不可/換気の徹底/使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用/シャワーは使用不可/換気の徹底/使用前後に消毒を行う
使用時間		1時間以内の活動と30分の清掃・消毒作業	1時間30分以内の活動と30分の清掃・消毒作業
健康管理	検温	朝と夜の検温	朝の検温
	体調チェック	体調チェック表の作成および記録	体調チェック表への記録
感染予防	マスク	運動時以外はマスク着用義務	運動時以外はマスク着用義務
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない
トレーサビリティ		参加者・参加時間を記録	参加者・参加時間を記録

## 【サークル】トレーニングルーム使用ガイドライン

※学生生活係、体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1	
3密条件	密閉度	使用不可	換気の徹底。ただし強風・強雨時の扉や窓の開放は禁止。	
	密集度		2m以上の身体的距離を確保	
	密着度		一度に使用できる上限人数＝農学部：6名、工学部：8名	
施設や用具の使用・共有	施設		1団体単独使用	
	用具		機器の使用前後には、接触部分を消毒する(金属部分はアルコールを噴霧した布で拭く)	
	更衣室		施設ごとに定めた上限人数*で使用／シャワーは使用不可／換気の徹底／使用前後に消毒を行う	
使用時間			1時間30分以内の活動と30分の清掃・消毒作業	
健康管理	検温			朝の検温
	体調チェック			体調チェック表への記録
感染予防	マスク			ランニングマシン、エアロバイクなどの有酸素系マシン使用時以外はマスク着用
	手洗い		運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	
	その他		不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	
トレーサビリティ			参加者・参加時間を記録	

## 【サークル】グラウンド使用ガイドライン

※学生生活系の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1
3密条件	密閉度	非該当	非該当
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	2m以上の身体的距離を確保
	密着度	身体接触を避ける	軽度の身体接触から可
施設や用具の使用・共有	施設	1団体単独使用／最大30名程度まで。	2団体まで同時使用可／(共有時の使用空間の広さによるが)2団体あわせて最大50名程度まで。
	用具	共有を避ける	極力共有を避け、共有する場合は、使用前後の清掃・消毒作業を行い、必ず手指の消毒を行う
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用／シャワーは使用不可／換気の徹底／使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用／シャワーは使用不可／換気の徹底／使用前後に消毒を行う
使用時間	1時間以内の活動と30分の清掃・消毒作業	1時間30分以内の活動と30分の清掃・消毒作業	
健康管理	検温	朝と夜の検温	朝の検温
	体調チェック	体調チェック表の作成および記録	体調チェック表への記録
感染予防	マスク	運動時以外はマスク着用義務	運動時以外はマスク着用義務
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない
トレーサビリティ	参加者・参加時間を記録	参加者・参加時間を記録	

## 【サークル】テニスコート使用ガイドライン

(アーチェリー場、ゴルフ練習場もこれに準ずる)

※学生生活系の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1
3密条件	密閉度	非該当	非該当
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	2m以上の身体的距離を確保
	密着度	身体接触を避ける	軽度の身体接触から可
施設や用具の使用・共有	施設	1団体単独使用／最大20名程度まで(ただし1コート同時プレーは4名まで。順番待ちはプレーに含まないが、身体的距離を確保する)【ゴルフ練習場:最大12名まで／アーチェリー場:最大12名まで(注)】	2団体まで同時使用可／1コート同時プレーは4名まで(順番待ちはプレーに含まないが、身体的距離を確保する)【ゴルフ練習場:1団体のみ／アーチェリー場:最大12名まで(注)】
	用具	共有を避ける	極力共有を避け、共有する場合は、使用前後の清掃・消毒作業を行い、必ず手指の消毒を行う
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用／シャワーは使用不可／換気の徹底／使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用／シャワーは使用不可／換気の徹底／使用前後に消毒を行う
使用時間	1時間以内の活動と30分の清掃・消毒作業	1時間30分以内の活動と30分の清掃・消毒作業	
健康管理	検温	朝と夜の検温	朝の検温
	体調チェック	体調チェック表の作成および記録	体調チェック表への記録
感染予防	マスク	運動時以外はマスク着用義務	運動時以外はマスク着用義務
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない
トレーサビリティ	参加者・参加時間を記録	参加者・参加時間を記録	

## 【サークル】各更衣室における同時使用の上限人数

更衣室	使用可能者	男性	女性	
屋内更衣室	体育館、武道場、弓道場、トレーニングルームの使用サークル	8	6	*シャワーは使用不可
<b>農学部</b> 屋外更衣室(ゴルフ練習場下)	府中地区学生生活係に使用届出済みのサークル	2	2	*シャワーは使用不可
屋外更衣室(オムニコート横)	スポ健に申請し許可を得たサークル	8	6	*換気設備不十分のため使用不可
<b>工学部</b> 屋内更衣室	スポ健に申請し許可を得たサークル	6	5	*シャワーは使用不可
屋外更衣室(テニスコート横)	スポ健に申請し許可を得たサークル	8	6	*シャワーは使用不可
			(人)	

【一般】体育館使用ガイドライン

※体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1	
3密条件	密閉度	対面する窓・非常扉を開放して換気を徹底する	適宜、換気を行う	
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	身体的距離2mを確保できない時間を極力短くする	
	密着度	意図的な身体接触を避ける	握手やハグをしない	
施設や用具の使用・共有	施設	同時使用者数の上限:バド1面4名、バレー1面12名、卓球1台4名(※)	同時使用者数の目安:バド1面4名、バレー1面12名、卓球1台4名(※)	
	用具	借用用具は共有しない/できるだけ自前の用具を持参する	極力共有を避け、共有した時は必ず手指消毒を行う	
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用。シャワーは使用不可。換気の徹底。使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用。シャワーは使用不可。換気の徹底。使用前後に消毒を行う	消毒用アルコール常備 *別シートに上限人数を記載
使用時間	下記	下記		
健康管理	体調チェック	入館時に体調チェック表に記入	入館時に体調チェック表記入	体調チェック表に「体温」欄を設ける。その場で検温or自己申告は各窓口の判断による
感染予防	マスク	プレー時以外はマスク着用	プレー時以外はマスク着用	
	手洗い	プレー前・中・後の小まめなうがい、手洗い、手指消毒の徹底	プレー前・中・後の小まめなうがい、手洗い、手指消毒の徹底	
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな掛け声や指示、応援をしない	
トレーサビリティ		全ての使用者について、氏名・入退館時刻を記録	全ての使用者について、氏名・入退館時刻を記録	

※管理人が使用人数の調整を行うことがある

※管理人が使用人数の調整を行うことがある

使用可能時間枠	平日(教職員は12~13時)	平日(教職員は12~13時)
	10:30~11:30	10:00~11:30
	13:00~14:00	13:00~14:15
	14:30~15:30	14:30~15:45
	2・4学期は別途定める	2・4学期は別途定める

課外活動及び一般学生・教職員のスポーツ活動における運動施設の使用制限レベル

使用制限レベル	レベル3	レベル2	レベル1	レベル0
一般学生・教職員向け運動施設開放	使用禁止	使用制限-大 (2020.7.22時点)	使用制限-小	使用制限なし

※制限レベルの移行は大学の判断による

【一般】武道場使用ガイドライン  
(弓道場もこれに準ずる)

※体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1	
3密条件	密閉度	対面する窓・非常扉を開放して換気を徹底する	適宜、換気を行う	
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	身体的距離2mを確保できない時間を極力短くする	
	密着度	意図的な身体接触を避ける	握手やハグをしない	
施設や用具の使用・共有	施設	最大15名程度まで。【弓道場;射場に同時6名まで】(※)	(※)	
	用具	借用用具は共有しない/自前の用具を持参する	極力共有を避け、共有した時は必ず手指消毒を行う	
	更衣室	施設ごとに定めた上限人数*で使用。シャワーは使用不可。換気の徹底。使用前後に消毒を行う	施設ごとに定めた上限人数*で使用。シャワーは使用不可。換気の徹底。使用前後に消毒を行う	消毒用アルコール常備 *別シートに上限人数を記載
使用時間		下記	下記	
健康管理	検温	入館時に体調チェック	入館時に体調チェック	チェック表に「体温」欄を設ける。 その場で検温or自己申告は各 窓口の判断による
感染予防	マスク	プレー時以外はマスク着用	プレー時以外はマスク着用	
	手洗い	プレー前・中・後の小まめなうがい、手洗い、手指消毒の徹底	プレー前・中・後の小まめなうがい、手洗い、手指消毒の徹底	
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな掛け声や指示、応援をしない	
トレーサビリティ		全ての使用者について、氏名・入退館時刻を記録	全ての使用者について、氏名・入退館時刻を記録	

※管理人が使用人数の調整を行うことがある

※管理人が使用人数の調整を行うことがある

使用可能時間帯	平日(教職員は12~13時)	平日(教職員は12~13時)
	10:30~11:30	10:00~11:30
	13:00~14:00	13:00~14:15
	14:30~15:30	14:30~15:45
	2・4学期は別途定める	2・4学期は別途定める

課外活動及び一般学生・教職員のスポーツ活動における運動施設の使用制限レベル

使用制限レベル	レベル3	レベル2	レベル1	レベル0
一般学生・教職員 向け運動施設開放	使用禁止	使用制限-大 (2020.7.22時点)	使用制限-小	使用制限なし

※制限レベルの移行は大学の判断による

【一般】トレーニングルーム使用ガイドライン

※体育館管理人の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1		
3密条件	密閉度	使用不可	適宜、換気。	強風・強雨時は管理人の判断で閉室することがある(扉や窓の開放ができないため)	
	密集度		2m以上の身体的距離を確保		
	密着度		握手やハグをしない		
施設や用具の使用・共有	施設		同時使用者の上限＝農学部：6名、工学部：8名	消毒用アルコール常備 *別シートに上限人数を記載	
	用具		機器の使用前後には、接触部分をアルコールを噴霧した布で拭く。		
	更衣室		施設ごとに定めた上限人数*で使用。シャワーは使用不可。換気の徹底。使用前後に消毒を行う		*別シートに上限人数を記載
使用時間				下記	
健康管理	検温			入館時に体調チェック	チェック表に「体温」欄を設ける。その場で検温or自己申告は各窓口の判断による
感染予防	マスク			ランニングマシン、エアロバイクなどの有酸素系マシン使用時以外はマスク着用	
	手洗い			運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	
	その他		不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない		
トレーサビリティ			氏名・入退館時刻を記録		

使用可能時間枠	平日	平日(教職員は12～13時)
		10:00～11:30
	使用不可	13:00～14:15
		14:30～15:45
		2・4学期は別途定める

課外活動及び一般学生・教職員のスポーツ活動における運動施設の使用制限レベル

使用制限レベル	レベル3	レベル2	レベル1	レベル0
一般学生・教職員向け運動施設開放	使用禁止	使用制限-大 (2020.7.22時点)	使用制限-小	使用制限なし

※制限レベルの移行は大学の判断による

## 【一般】グラウンド使用ガイドライン

※学生生活系の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1
3密条件	密閉度	非該当	非該当
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	身体的距離2mを確保できない時間を極力短くする
	密着度	意図的な身体接触を避ける	握手やハグをしない
施設や用具の使用・共有	施設	同時使用者が30人程度まで	同時使用者が50人程度まで
	用具	用具は共有しない／自前の用具を持参する	極力共有を避け、共有した時は必ず手指消毒を行う
	更衣室	使用不可	使用不可
使用時間	使用可能時間は平日10:30～12:00、13～16:00(1時間程度)(教職員は12～13時)	使用可能時間は平日10:30～12:00、13～16:00(1時間30分程度)(教職員は12～13時)	
感染予防	マスク	プレー時以外はマスク着用	プレー時以外はマスク着用
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない

\*密な状態が発生した場合、大学側が注意喚起を行う

「健康管理」、「トレーサビリティ」は現実的にチェックできないので削除

### 課外活動及び一般学生・教職員のスポーツ活動における運動施設の使用制限レベル

使用制限レベル	レベル3	レベル2	レベル1	レベル0
一般学生・教職員向け運動施設開放	使用禁止	使用制限-大 (2020.7.22時点)	使用制限-小	使用制限なし

※制限レベルの移行は大学の判断による

【一般】テニスコート使用ガイドライン  
(アーチェリー場、ゴルフ練習場も施設利用人数制限以外はこれに準ずる)

※学生生活系の指示が別途にある場合は、その指示に従って使用する

チェック項目		制限レベル2	制限レベル1	
3密条件	密閉度	非該当	非該当	
	密集度	2m以上の身体的距離を確保	身体的距離2mを確保できない時間を極力短くする	
	密着度	意図的な身体接触を避ける	握手やハグをしない	
施設や用具の使用・共有	施設	1コート同時プレーは4名まで【ゴルフ練習場:最大12名まで】*順番待ちはプレーに含まない(身体的距離を確保する)		*密な状態が発生した場合、注意喚起を行う
	用具	用具は共有しない/自前の用具を持参する	極力共有を避け、共有した時は必ず手指消毒を行う	
	更衣室	使用不可	使用不可	
使用時間		下記	下記	
健康管理	体調チェック	使用前に学生生活係で体調チェック表記入	使用前に学生生活係で体調チェック表記入	チェック表に「体温」欄を設ける。その場で検温or自己申告は各窓口の判断による
感染予防	マスク	プレー時以外はマスク着用	プレー時以外はマスク着用	
	手洗い	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	運動前・中・後の小まめな手洗い、手指消毒の徹底	
	その他	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	不必要に大きな声で掛け声や指示、応援をしない	
トレーサビリティ		使用前に学生生活係で氏名・使用時間を記録	使用前に学生生活係で氏名・使用時間を記録	
		同時利用者数は学生生活係で把握しておく	同時利用者数は学生生活係で把握しておく	
使用可能時間枠		平日(教職員は12~13時)/休日	平日(教職員は12~13時)/休日	
		10:30~11:30	10:00~11:50	
		13:00~14:00	13:00~14:30	
		14:30~15:30	14:45~16:15	
		2・4学期は別途定める	2・4学期は別途定める	

課外活動及び一般学生・教職員のスポーツ活動における運動施設の使用制限レベル

使用制限レベル	レベル3	レベル2	レベル1	レベル0
一般学生・教職員向け運動施設開放	使用禁止	使用制限-大 (2020.7.22時点)	使用制限-小	使用制限なし

※制限レベルの移行は大学の判断による

【一般】各更衣室における同時使用の上限人数

更衣室	使用可能者	男性	女性	
屋内更衣室	体育館、武道場、弓道場、トレーニングルームの利用者	8	6	*シャワーは使用不可
<b>農学部</b> 屋外更衣室(ゴルフ練習場下)	使用不可	2	2	*シャワーは使用不可
屋外更衣室(オムニコート横)	使用不可	8	6	*換気設備不十分のため使用不可
<b>工学部</b> 屋内更衣室	体育館、武道場、トレーニングルームの利用者	6	5	*シャワーは使用不可
屋外更衣室(テニスコート横)	使用不可	8	6	*シャワーは使用不可

(人)