

ジムとフィットネス施設の再開手順：付録 L

最新の更新内容：（変更は黄色で強調されています。）

12/2/20:

- 仕切りで仕切られたキュービクルを含め、作業スペースで働く従業員はフェイスカバー着用しなければなりません。屋外スイミングプールは、規定されたラップスイミング（各レーン1名の水泳者）にのみに限り運営できます。これは、2020年11月28日に発令された一時的な衛生担当官命令に準拠した一時的な措置であり、この要件は、2020年11月30日の午前12時1分（PST）から2020年12月20日の午後11時59分（PST）まで有効です。
- 飲食する際は常に、従業員は他の人から6フィートの距離を保ち、可能であれば屋外で行う必要があります。休憩室での食事よりも、作業スペースやワークステーションでの飲食が望ましい。

11/28/20: 利用者とスタッフによるフェイスカバーの着用を常時要求するように更新されました。利用者は激しい運動中にもフェイスカバーを取り外すことはできないので、激しい運動中に頻繁に休憩を取ることが推奨されます。屋外プールでの水泳は、規制されたラップスイミングの場合にのみ許可されます（各レーン1名の水泳者）。ジムやフィットネスセンターの屋外施設の占有率は、屋外収容人数の50%に制限されます。

11/21/20: 必須ではないジムやフィットネス施設は、2020年11月19日に発行された州衛生担当官による限定的自宅待機令に従うため、午後10時から午前5時まで閉鎖される必要があるという事項が更新されました。制限付きの自宅滞在命令は2020年11月21日午後10時から2020年12月21日午前5時まで有効です。また、個人が現在隔離・検疫命令下にあるかどうかを確認するよう症状確認の基準も更新されました。

ロサンゼルス郡公衆衛生局は、特定のジムやフィットネス施設が安全に再開するにあたり、科学と公衆衛生の専門知識に基づく段階的アプローチを試みています。以下の要件は、州公衆衛生担当官の命令により、再開を許可されたジムおよびフィットネス施設に特化したものです。州知事が特定の企業に課す条件に加え、これらの種類のビジネスは、ジムおよびフィットネス施設のチェックリストに記載されている条件にも準拠する必要があります。

ジムやフィットネス施設は2020年11月19日に発令された州衛生担当官による限定的自宅待機令に従って、午後10時から午前5時まで閉鎖される必要があります。限定的自宅待機令は2020年11月21日午後10時から有効になり、全ての必須ではない企業は午後10時から午前5時まで閉鎖される必要があります。この命令は2020年12月21日午前5時まで有効です。限定的自宅待機令の詳細は、州の[よくある質問](#)のページをご覧ください。

追って通知があるまで、すべてのジムおよびフィットネス施設の運営は屋外で行う必要があります。屋外での運営は、テントまたはその他の日よけの下で行うことができますが、側面が閉じておらず、十分な屋外の空気の移動がある場合に限りです。屋外プールは、規制されたラップスイミング（各レーン1名の水泳者）にのみ使用できるという条件で、引き続き運営することができます。すべての従業員と利用者は常にフェイスカバーを着用する必要があることに注意してください。

屋外のホットタブは、世帯ごとのグループが使用する場合、または 6 フィートの距離を確保できる場合にのみ開くことができます。屋内プール、ホットタブ、サウナ、スチームルームは引き続き閉鎖されます。

注：本文書は、追加情報やリソースが入手され次第更新されることがあるため、定期的にロサンゼルス郡のウェブサイト <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> にアクセスして、本文書が更新されていないかご確認ください。

本チェックリストの内容

- (1) 職場における従業員の健康を保護するための方針と実践
- (2) 物理的距離を確保するための対策
- (3) 感染予防を確保するための対策
- (4) 従業員および市民とのコミュニケーション
- (5) 重要なサービスへの平等なアクセスを確保するための対策

施設が再開手順に取り組む際、これら 5 つの重要点を考慮する必要があります。

本ガイダンスの対象となるすべての事業は、以下に記載されているすべての適用可能な対策を実施し、対策が実施されていない場合は、それが適用されていない理由を説明する準備ができていない必要があります。

企業名:

施設住所:

消防法ごとの最大収容人数:

一般に公開されているスペースの
概算総面積:

A. 職場における従業員の健康を保護するための方針と実践（施設に該当するものをすべて選択）

- 在宅勤務で職務を果たせる従業員には、在宅勤務が指示されている。
- 脆弱なスタッフ（65 歳以上、妊娠中の人、持病のある人）は可能な限り在宅勤務を行い、懸念事項については、医療提供者または産業保健サービスと話し合い、職場に復帰するかどうかを適切に判断する。
- 従業員の在宅勤務の機会を増やすために、作業プロセスは可能な限り再構成されている。
- 物理的距離をできるだけとることができるよう、代替、時間差、またはシフトのスケジュールを設定している。
- すべての従業員は、病気にかかった場合、または COVID-19 感染者に晒された場合は、出勤しないよう指示されている。従業員は、自己隔離と検疫に関する公衆衛生局のガイダンスに従うことを理解している。病気で自宅待機をする従業員が罰せられることがないように、職場休暇ポリシーが見直され、修正されて

いる。

- 従業員は雇用者または政府が後援する休暇給付を受け取れる場合があり、これにより自宅待機することが経済的に容易になる。COVID-19 に関する病気休暇と労災補償をサポートする政府の [プログラム](#) についての追加情報 ([ファミリー・ファースト・コロナウイルス対応法](#) に基づく従業員の病気休暇、労災補償給付に対する権利、州知事の [大統領令 N-62-20](#) に基づく 3 月 19 日から 7 月 5 日の間に発生した COVID-19 への曝露業務関連性推定を含む) をご参照ください。
- 従業員の間で一名以上の従業員が COVID-19 検査で陽性反応を示す、または一貫する症状を発症している報告を受けた場合、雇用主は、直ちに [感染者に自宅隔離](#) を促し、その感染者に職場で曝露したすべての従業員に [自己検査](#) を促す計画または手順を準備している。雇用主の計画では、追加の COVID-19 管理対策が必要となるような職場での曝露があったかどうかを判断するために、すべての検査中の従業員に対して検査の実施、または検査の手配を検討する。 [職場における COVID-19 への対応](#) に関する公衆衛生局のガイドンスを参照する
- [職場に入る前の症状確認](#) を行っている。症状の確認には咳、息切れ、呼吸困難、発熱または悪寒、 **その個人が現在隔離・検査命令下にあるかどうか** を含む必要がある。これらの確認は遠隔か、従業員の出勤時に直接行うことができる。可能であれば職場での検温も行う。
- 14 日間以内に職場内で 3 件以上の症例が確認された場合、雇用主はこの発生を公衆衛生局 (888) 397-3993 または (213) 240-7821 に報告する必要がある。職場におけるクラスターが特定された場合、公衆衛生局は、感染対策の指示と推奨事項、技術的支援、および職場固有の対策の提供を含むクラスターへの対応を開始する。公衆衛生局のケースマネージャーがクラスターの調査の担当に割り当てられ、施設の対応への指示をサポートする。公衆衛生局はクラスター症例が COVID-19 発生の構成要素であるかどうかを決定するため、施設との早急な協力が必要となる。
- 勤務中に他者と接触する従業員に鼻と口を覆う布製フェイスカバーを無料で提供している。就業中他者と接触するまたはその可能性がある従業員は常時フェイスカバーを着用する。医療従事者からフェイスカバーを着用しないように指示されている従業員は、状態が許す場合に限り、州命令に準拠した下端にドレープが付いたフェイスシールドを着用する。ドレープはあごの下にフィットするものが好ましい。一方向弁付きのマスクは使用しない。個人オフィスや立った時の高さよりも高い仕切りで仕切られた作業スペースに一人で勤務する従業員は布製フェイスカバーを着用する必要はない。
- 2020年11月28日に発行されたCOVID-19 : Tier 1 実質的なサージへの応答対策に関する衛生担当官命令に準拠して、すべての従業員は、ドアが閉まっている個人オフィスで一人で作業する場合、または飲食する場合を除き、常にフェイスカバーを着用しなければならない。2020年11月30日の午前12時1分 (PST) から2020年12月20日午後11時59分 (PST) までの一時的な本命令の有効期間中、「立った時の高さよりも高い仕切りで仕切られたキュービクルに一人で勤務する従業員はフェイスカバーを着用する必要はない」とした例外は無効とされる。
- **マスクを常時正しく着用するために、従業員は、マスクを安全に取り外して他の人から物理的に離れることができる休憩時間を除き、飲食を控える。飲食する場合は、従業員は他の人から少なくとも6フィートの距離を取る。可能であれば、屋外で他の人から離れて飲食することが推奨される。キュービクルやワークステーションが従業員間により広い距離や障壁を提供している場合は、休憩室で食事をするよりも、キュービクルやワークステーションで飲食することが好ましい。**

- 顧客または他の従業員から常に6フィート以内にいる必要がある従業員は、フェイスカバーに加えて、二次バリア（フェイスシールドや安全ゴーグルなど）を着用する。すべての従業員は、ゲストから6フィート以内で過ごす時間を最小限に抑える。
- 従業員にはフェイスカバーを毎日洗濯、または交換するよう指示している。
- 従業員は、少なくとも6フィートの距離をあけている。
- 休憩室、トイレ、その他の共有エリアは、次のスケジュールで頻繁に消毒している：
 - 休憩室 _____
 - トイレ _____
 - その他 _____
- 休憩室で6フィートの距離を従業員間で維持できるように、休憩時間をずらしている。
- 施設の派遣・契約勤務者も COVID-19 防止方針について適切にトレーニングを受け、必要な物資と PPE を与えられている。これらの責任については、派遣勤務者や契約勤務者を供給する組織と事前に話し合う。
- 従業員が他者の近くにいる場合、フェイスカバーが必要であり、従業員は、フェイスカバーを用意し、フィットネス施設、オフィス、または社有車で他者と移動するときに着用する。仕事で物理的距離を保つことができない場合は、フェイスカバーが特に重要である（たとえば、パーソナルトレーナーや、エクササイズでメンバーを支援するスタッフ）。
- フェイスカバーは共有せず、雇用主はすべての従業員にフェイスカバーを提供する。
- 従業員はマスクを常に正しく着用するため、休憩中マスクを安全に外し 物理的距離を保てる場合を除いて、飲食を控える。
- 従業員が利用できる消毒剤および関連用品は以下の場所に常備している：

- 従業員が利用できる COVID-19 に対して効果的な手指消毒液は以下の場所に常備している：

- 従業員は手を洗うため、頻繁な休憩を許されている。
- 各従業員に本手順のコピーを配布している。
- 各従業員に、各自の用具、機器、および特定のワークスペースを割り当てている。保持品の共有は最低限に排除している。
- この手順に記載されている、雇用条件に関連するもの以外のすべてのポリシーは、配達スタッフおよび第三者として敷地内にいる可能性のあるその他の会社に適用されている。
- オプション - その他の対策の説明

B. 物理的距離を確保するための対策

- 一般に提供されるすべてのジムおよびフィットネス施設の運営は屋外で行われる。テントまたは日よその

他の日よけの側面が閉じておらず、スペース内に十分な屋外の空気の移動がある場合は、テントまたは他の日よけの下で屋外運営を行うことができる。屋外スペースの占有率は、すべての従業員と利用者が常に少なくとも6フィートの物理的距離を維持できる収容人数の50%またはそれに該当するレベルに制限する。

- 従業員は、トイレの使用、休憩、必須なオフィス業務の遂行、毎日の備品や資材の建物内外の移動のためにジム/フィットネス施設の屋内エリアに引き続きアクセスすることができる。利用者は、個人的に屋内のトイレを使用する場合以外、いかなる理由においても、ジム/フィットネス施設内に立ち入ることはできない。屋内のトイレの使用を待っている利用者は、トイレが空くまで屋外で待つ必要がある。ジムとフィットネス施設はトイレの収容人数を制限するよう監視し、屋内の御手洗を使用するために並んでいる利用者が物理的距離を置いていることを確認する。シャワー、更衣室、ロッカーの使用は許可されていない。
- 可能であれば、施設が収容人数を管理できるように、利用者が屋外フィットネススペースの利用時間を予約できる予約システムを実装する。予約システムを利用して、予約時間の24時間前に予約した利用者に連絡し、予約を確認して、その方またはご家族の誰かにCOVID-19の症状があるかを確認する。利用者が肯定的に答える場合、病気ではない場合にのみフィットネス施設を利用するよう促す。その様な連絡は、可能であれば、アプリ、電子メール、またはテキストを介して行う。
- 屋外での利用者の行列を回避し、占有率を維持を維持するために屋外フィットネススペースの入口にスタッフを配置することを検討する。
- すべての利用者は、屋外プールで泳ぐ場合を除き、屋外フィットネススペースにいる間、または屋内でトイレを使用している間は常に布製フェイスカバーを着用する。これはすべての成人と2歳以上の子供に適用される。医師よりフェイスカバーを着用しないように指示をされている顧客はこの要件から免除される。従業員と他の顧客の安全をサポートするために、フェイスカバーを持参していない顧客が利用できるものを用意する。
 - 利用者は、常に鼻と口の両方を覆うフェイスカバーを着用して、快適に呼吸できる範囲でのみ運動を行うように注意する必要がある。（マスクまたは一方向バルブ付きのフェイスカバーの使用は許可されていない。）
- ジムの占有率は50%以下に制限している。実際に運動している利用者だけが屋外施設内に留まり、予約時間を待っている利用者は車内で待つようにする。
- エアロビクス、ヨガ、ダンスなどのグループトレーニングクラスは屋外で実施し、クラスの人数を制限するように変更して、利用者間の物理的距離を最低6フィート維持する。
 - グループクラスは、距離の要件を維持でき、人と人との物理的な接触がない場合にのみ提供する。
 - エアロビクス、スピンやコンディショニングなどの高有酸素運動クラス、またはエリプティカル、トレッド、または階段マシンなどの機器では、個人と機器を6フィートではなく、少なくとも8フィート離して配置することを検討する。
- 距離が6フィート未満の濃厚接触を必要とする高接触プログラムは中断する。これには、グループスポーツイベント、組織化された内部スポーツ活動、ピックアップバスケットボール、または組織化されたレースなどの活動が含まれる。
- 屋外スポーツコートは、個人の練習や、活動を通して6フィートの物理的距離を維持できる活動に使用する。人々がコートの使用待ちをするときは、各参加者によるコート使用の最大時間制限を実装する。待機者は、物理的距離を維持する。
- 華氏100度を超える温度で行うヨガのクラスは開催しないようにする。

- パーソナルトレーナーは、顧客から6フィートの距離を保ち、フェイスマスクを着用する場合に許可される。利用者は、指導を受ける間はフェイスマスクを着用する必要がある、常時鼻と口の両方を覆うフェイスマスクを着用しながら快適に呼吸できる範囲でのみエクササイズを行うように注意する。
- 屋外で安全に使用できる機器であれば屋外に移動し、顧客が他者から少なくとも6フィートの距離を維持できるように、機器には印が付けられる。テープまたはその他の印は、クライアントと機械待ちの方との距離を6フィートに保つのに役立つ。印は、列の先頭と列に参加する後続の顧客の6フィート間隔を示す。
- 視覚的な合図や標識を使用して、屋外フィットネススペース全体で一方通行の歩行パターンを使用する。
- すべての屋外にある機器と機械を少なくとも6フィート離して配置するか、いくつかの機械を使用停止にして物理的距離を確保する。
- 従業員は、屋外ジムスペースの全エリアで、顧客および互いから少なくとも6フィートの距離を維持するように指示される。従業員は、支払いの受け取り、商品またはサービスの提供、またはその他の必要に応じて、一時的に近づくことがある。
- マッサージサービスは現在許可されているが、屋外で実施する必要がある、掲載されている[パーソナルケアサービス](#)に関する手順の関連箇所に準拠しなければならない。
- 施設内のトイレは、制限された収容人数での再開が可能である。
- シャワーとロッカールームが引き続き閉鎖される。
- トイレを使用している際に顧客が適切な物理的距離を保つことを確認するため、標識や床の印などを使用する。
- 共有される手洗い施設は、EPA登録の消毒剤を使用して、一日を通して定期的に掃除される必要がある。蛇口、トイレ、ドアノブ、照明スイッチなどの頻繁に触られる場所は頻繁に洗浄・消毒する必要がある。
- トイレ施設に掃除のスケジュールを作成・表示する。顧客がいつ使用できるか否かを知ることが出来るように、ドアの前にスケジュールを表示する。洗浄・消毒プロセス中にトイレを一時閉鎖することを忘れない。
- 掃除がどの頻度で行われているかを確認するために、チェックリストや監査システムの導入を考慮する。
- 衛生施設が運営可能で、必要なアイテムの在庫を常に持っていることを確認する。必要時のために追加の石鹸、ペーパータオル、手指消毒液を提供する。可能な場合は、モーションセンサー付きの蛇口、ソープディスペンサー、手指消毒液ディスペンサー、ペーパータオルディスペンサーを含む、ハンズフリーデバイスをインストールする。
- 複数の個室のあるトイレに、触らないで開け閉めできるハンドルやドアの開け閉めに使用するデバイスの提供、ペーパータオルを使ってドアを開けた後に捨てられるようにドアの側にゴミ箱を置くなどの修正を加えることを考慮する。ゴミ箱の配置は、出口、避難経路、非常用装置、または米国障害者法に従って提供されている合理的配慮の妨げにならないようにする。
- ゴミ箱を定期的に空にする。
- トイレに標識を表示するなど、適切に手を洗う方法を提供する。
- 小売業、保育、食事サービスを含む非中核的な活動の一時停止を検討する。フィットネス施設がそのような設備を運営している場合、これらの活動に適用される郡の公衆衛生手順を確認して従う必要がある。
- ジム内の水泳施設は、公共プール施設について掲示されている郡の手順に準拠し、屋外に水泳施設が

ある場合にのみ運営を継続できる。

C. 感染予防対策

- 空調システムは正常に機能し、可能な限り換気量を増やしている。ポータブル高効率空気清浄機の設置、建物の空気フィルターを可能な限り最高効率のものへアップグレード、外気量を増やし職場内の換気を増やすためにその他の変更を加えることを検討する。
 - 利用者が施設に入る前に症状の確認を行う。症状の確認には咳、息切れ、呼吸困難、発熱または悪寒、そしてその個人が現在隔離・検疫命令下にあるかどうかを確認する必要がある。これらの確認は、直接行うか、オンラインチェックインシステムを使用、またはこれらの症状のある利用者は施設内に入場してはならないことを通告する看板を施設の入口に掲示するなどの方法で行う。
 - 利用者はプール内にいる間を除いて、施設内にいる間は常時フェイスカバーを着用する。また他の人から6フィートの距離を維持するように注意する。
 - 非接触型決済システムとチェックインシステムが導入されている、もしくは実現不可能な場合、システムが定期的に消毒されている。説明:
-
- 休憩室や階段、階段の吹き抜け、エスカレーター、手すり、エレベーターの制御装置の出入り口のエリアなど、従業員が使用する可能性のあるジムまたはフィットネス施設内の交通量の多い場所で、終日徹底的に掃除を行う。
 - 個人用の運動器具や器具、ドアノブ、手洗い設備など、よく使用する物の表面を頻繁に消毒する。
 - 提供された消毒用ワイプを使用して、使用前後に個々の運動器具、マット、および機械を消毒することを利用者に要求する。使用済みのワイプを処分するために、フィットネス施設全体で裏地の付いた、非接触のゴミ箱が利用できることを確認する。
 - メンバーがエクササイズ後に機器を拭いたり消毒したりできない場合、または消毒したくない場合は、メンバーが使用後に機器に付ける「クリーニングの準備完了」タグを提供し、次の使用前にスタッフが機器を消毒する。
 - 必要に応じて万能洗剤と消毒剤を適切に供給して、すべての従業員が使用する訓練を受講していることを確認する。安全に使用するための Cal / OSHA 要件と製造元の指示、および製品の洗浄に必要な個人用保護具の使用に従う。
 - 従業員は、消毒している場所に十分な換気（空気の流れ）が必要である。
 - 衛生設備は従業員のみが使用できる。衛生設備は稼働を続け、常に継続的な在庫を確保する。必要に応じて、追加の石鹸、ペーパータオル、手指消毒剤を用意する。モーションセンサー付きの蛇口、石鹸ディスペンサー、消毒剤ディスペンサー、ペーパータオルディスペンサーなど、可能な場合はハンズフリーデバイスを設置する。
 - ゴミ箱は定期的に空にする。
 - 利用者は、用務員または保管員から6フィートの距離を保つように注意する。訪問者がこの手順に従うことを強化するため、定期的に従業員と確認するプロセスを実装する。従業員が報復や仕返しを恐れることなくそのような情報を共有できるようにする。

- 必要に応じて、増加する清掃への需要を支援するために清掃会社を利用することもできる。
- 利用者が小物や付属品（エクササイズバンド、ロープ、マット、フォームローラーなど）を利用できるチェックアウトシステムの実装を検討する。返品時にこれらのアイテムを洗浄および消毒するプロセスを実装する。
- 顧客に水のボトルを各自持参するように促す。利用者には各自タオルとマットを持参するよう促し、施設提供のタオルまたは個人用衛生用品の提供を停止することを検討する。
- タオル、布巾、その他の洗濯物については、利用者が使用済みのタオルやその他の物を置くことができる密閉容器を用意する。業務用の洗濯サービスまたは社内の洗濯プロセスによって適切に洗濯されるまで、それらのアイテムを再度使用できないようにする。すべての清潔なリネンを清潔で覆われた場所に保管する。汚れたリネンや洗濯用を扱う従業員には手袋を着用させる。
 - セルフサービスエリアを設置する代わりに、スタッフがリクエストに応じてリネンやその他の物を提供する。
- 雑誌、本、自動水飲み場（非接触型の場合を除く）、および利用者向けのその他のアイテムを含む設備は、すべての場所から排除する。
- 洗浄剤を選択する場合、雇用主は環境保護庁（EPA）承認リストにある COVID-19 に対して使用が承認された製品を使用し、製品の指示に従う。新興のウイルス性病原菌に対して効果的であるとラベル付けされた消毒剤や、希釈家庭用漂白剤溶液（水 1 ガロンあたり大さじ 5 杯）、または表面に適したアルコール濃度 60% 以上の溶液を使用する。安全な使用ができるよう、メーカーの指示と Cal/OSHA 要件に関するトレーニングを従業員に対して行う。カリフォルニア州公衆衛生局が推奨する喘息保持者に対して安全な洗浄方法に従う。
- ポータブル高効率空気清浄機の設置、建物のエアフィルターを可能な限り最高の効率の物にアップグレード、および外気の量を増やし、オフィスや他のスペースの換気を増やすためにその他の変更を加えることを検討する。
- 公衆トイレは閉鎖する。
- 手指消毒剤、ティッシュ、ゴミ箱は、屋外のジム/フィットネス施設スペースで一般向けに利用可能にしている。屋外スペースで従業員と利用者が利用できる少なくとも 1 つの手洗いステーションを設置することを検討する。
- オプション - その他の対策の説明（例：シニアのみの時間を提供する）：

D. 一般市民とのコミュニケーション対策

- 本手順のコピーを、施設のすべての公共の入口に掲示している。
- 入口の顧客が並ぶ場所や目立つ場所に看板を設置して、従業員と利用者占有制限、施設内への立ち入り禁止、社会的距離を維持するための要件、およびプールにいる場合を除き、フェイスカバーの着用が常時必要であることを顧客に通知する。また看板は、フェイスカバーを着用しての運動中に過度な運動を避けるよう顧客に警告する内容を含める。
- 施設のオンライン発信（ウェブサイト、ソーシャルメディアなど）は、営業時間、フェイスカバーの着用の必要性、屋外運営、収容人数制限、事前予約、前払いに関するポリシー、およびその他に関する明確な

情報を提供している。

E. 重要なサービスへの平等なアクセスを確保するための対策

- 利用者や顧客にとって重要なサービスの安全な提供が優先されている。
- リモートで提供できる取引またはサービスはオンラインに移行している。
- 移動が制限されている、または公共スペースで高リスクの利用者向けサービスへのアクセスを保証するための措置が講じられている。
 - 予約のみで入場可能な高齢者など、高リスクまたは医学的に脆弱な利用者のために特定されたスケジュールの実施を検討する。

企業は 上記に含まれていない追加の対策は別紙に記載し、本文書に添付してください。

本手順に関するご質問やご意見は、以下の者までご連絡ください。

企業担当者名:

電話番号:

最終更新日:
