

2021年

5月号

# ビタミン

加古川市立総合体育館／加古川運動公園陸上競技場

〒675-0047

加古川市西神吉町1010

TEL：079-432-3000

FAX：079-431-5700

営業時間：午前9時～午後9時

休館日：第3水曜日／年末年始

少しずつ気温が上昇し春の陽気が感じられる日が増えてきました。4/25から緊急事態宣言が発令されせつかくの行楽日和も自粛せざるを得なくなりました。自粛により溜まったストレスは緊急事態宣言が解除された後に是非体育館や競技場を利用して発散させて下さい。

## 総合体育館 陸上競技場 臨時休館

加古川市立総合体育館・加古川運動公園陸上競技場では、新型コロナウイルス感染予防の為、臨時休館させて頂く事となりました。休館中は全ての施設、駐車場がご利用頂けません。

(※新型コロナウイルスワクチン集団接種、中体連・高体連の公式戦は除く。)

### 休館期間(※期間は変更となる場合があります)

令和3年4月25日(日)～令和3年5月11日(火)

皆様のご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。

## 5/8(土) 総合体育館 ワクチン集団接種開始

5/8(土)より総合体育館にて、新型コロナウイルスワクチン集団接種が始まります。

これに伴い、総合体育館では一部利用が制限されます。

日時：5/8(土)からの土・日曜日(終了時期は未定です)

場所：加古川市立総合体育館 1F コミュニティアリーナ

～ その他ワクチン集団接種に関する注意事項 ～

#### ・駐車場

土・日曜日のみP1, P2, P3駐車場はワクチン接種者、関係者専用駐車場として開放されます。その他利用者は臨時駐車場をご使用ください(陸上競技場のご使用の方は競技場内の駐車場をご使用頂き、体育館の駐車場はご使用頂けません)。

#### ・施設使用

コミュニティアリーナ、研修室は2022年3月31日までの新規予約申込受付中止しております。また、トレーニングルームは2021年12月31日まで土・日曜日のみご使用いただけません。

## ノルディックウォーキング 体験会

日時：5月15日(土) 10:00～11:30

場所：加古川運動公園陸上競技場

定員：25名(先着順)

対象：16歳以上

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル、ノルディックポール

200円でポールがレンタル可能です。お申込の際にスタッフへお伝え下さい。

検索

加古川市立総合体育館



<http://www.kakogawa-sports.join.us.jp>

5月の休館日

5月19日(水)

# 新型コロナウイルス感染拡大防止のために

## ①外出する時は3密を避ける。

ウイルス感染を防ぐため、他人との接触を極力避ける必要があります。どうしても外出が必要な時は、**(1)換気の悪い密閉空間 (2)人が集まる密集場所 (3)間近での会話等を行う密接場面**を出来るだけ避けて行動する様に心がけましょう。また、家にいる時には出来るだけ換気を行い、皆で使うものは消毒するようにしましょう。

## ②咳エチケットを心がける。

やむを得ず人が集まる場所へ行く場合は、出来るだけマスクを着用し口や鼻を覆う様にしましょう。マスクが無い時にはティッシュやハンカチで口や鼻を覆いましょう。また、咄嗟に咳やくしゃみが出るときには袖で口や鼻を覆いましょう。何もせずに咳やくしゃみをするのはもちろん、手で押さえるだけでも周囲の人々に菌が移ってしまう可能性がありますので、十分注意しましょう。

## ③正しく手を洗う。

- (1) 流水で良く手を濡らす。
- (2) 石鹸をつけ、掌→手の甲→指先や爪の間→指の間を良く擦りながら洗う。
- (3) 親指と掌をねじる様に洗う。
- (4) 最後に手首を洗う。
- (5) 石鹸で洗い終わったら十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルで良く拭き取る。



詳細情報はコチラから・・・「厚生労働省HP内新型コロナウイルス感染症について」  
(URL → [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html))

当体育館では、各フロア入口に消毒液を設置、定期的に消毒作業を行う等して感染拡大防止に努めております。1日も早く事態が収束できる様、ご協力の程よろしくお願い致します。

## ワンコインで参加できる！カルチャー教室

参加費  
1回 500円

### ラージボール教室(月曜)

日 時：5月17, 24日 6月7, 14, 21日(※)  
9:00 ~ 11:00  
場 所：総合体育館 1F スポーツアリーナ  
対 象：16歳以上  
定 員：32名(先着順)  
持ち物：室内シューズ、タオル、飲料水  
動きやすい服装、ラケット

### 脳トレ元気体操教室(木曜)

日 時：5月13, 20, 27日 6月3, 10, 17, 24日(※)  
13:30 ~ 14:30  
場 所：総合体育館 1F 選手控室3, 4  
対 象：16歳以上  
定 員：20名(先着順)  
持ち物：動きやすい服装、飲料水、タオル  
室内シューズ

**参加方法：教室当日に、体育館 1F受付にて参加費500円をお支払い下さい。**  
※感染予防の為、教室が休講となる場合がありますので、ホームページにて情報をご確認ください。

教室に関するお問い合わせは、TEL 079-432-3000 もしくは 総合体育館 1F フロントまで