

月例マラソン感染防止策チェックリスト

以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください

体調がよくない場合（37.5 度以上の発熱・咳・咽頭痛・倦怠感などの症状がある場合）

同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の経過観察を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触者がある場合

ご家族の同意が得られない場合

走るとき以外は、熱中症を考慮の上、マスクもしくはバフの着用をお願いします。

こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施してください

ほかの参加者、主催者スタッフ等との距離（できるだけ 2m 以上）を確保してください

イベント中に大きな声で会話をしないでください

感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、指示に従ってください

イベント終了後 2 週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください