

【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
農学部 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
工学部 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
農学部 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
工学部 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)