

## 「令和8年度 あきた元気アップ円熟塾」への参加について

秋田県スポーツ科学センター

### 1 「持ち物」と「駐車場」について

- (1) 「施設利用料（現金払い）220円」、「室内用シューズ」、「タオル」、「飲み物」は毎回持参してください。
- (2) 駐車スペースには限りがありますので御理解いただくとともに、職員の指示に従ってください。なお、駐車場での事故については、本センターでは責任を負いかねます。また自宅との往復中も含めて、交通事故には十分にご注意ください。

### 2 「運動の仕方」と「けがの防止」について

- (1) 決して無理をせず、自分の体力や健康状態に応じて、自分のペースで運動をしましょう。きついと感じたら、回数を減らすなど各自で調整してください。
- (2) 活動中にけがをした場合は応急手当を行いますが、医療機関の受診についてはご自身でお願いします。
- (3) 秋田県スポーツ科学センター主催の健康体操教室（円熟塾・太極拳教室）での運動中や自宅との往復中のけがを保障する「スポーツ安全保険」の申込みも受け付けています。
- (4) 熱中症の疑いがあると職員が判断した場合、回復のため職員が案内（涼しい部屋での安静や経口補水液等の給水）をします。ご了承ください。

### 3 「出席」と「欠席」について

- (1) 参加者数に上限を設けています。運動の効果を高めるためにも年間を通じて半分以上の参加をお待ちしております。
- (2) 欠席の連絡は不要です。ただし、けがや病気などによる長期欠席の場合など、特別な事情がある場合は、（原則として本人が）担当者へ連絡してください。  
(スポーツ振興チーム：018-864-6225)

### 4 感染症や災害等による中止（再開）の連絡について

感染症や災害等により中止（再開）する場合は、次の方法によってお知らせします。

- ①秋田県スポーツ科学センターのホームページへの掲載
- ②秋田県スポーツ科学センターの正面玄関への掲示
- ③メールアドレスをご連絡いただいている方への一斉メールによる連絡

※原則として個別の電話連絡はしませんが、お問い合わせに対しては職員が対応します。

#### (1) その他

- (1) 円熟塾には大勢の人が参加しています。お互いに気持ちよく活動できるよう、公共施設での一般的なルールやマナーを守って参加してください。
- (2) 県の業務や公的な研究機関の研究等のために写真や動画を撮影させていただく場合がありますのでご了承ください。（同意しかねる場合には画面に入らないよう配慮しますので、担当者へお申し出ください。）