

できますか？

感染症予防



安心・安全
テニス
の心得



感染症予防のきほん

- 三密（密閉、密集、密接）の回避
- 手洗い、アルコール等による手指消毒
- マスク着用
- 混雑する交通手段での移動を避ける



出かける前の体調チェック

- 検温で平熱の確認
- 発熱やせき、のどの痛みなど風邪の症状がない
- だるさ、息苦しさがない
- 臭いや味がいつもと同じ

レクリエーションテニスの留意点

- プレイ中、お互いの距離を2メートル以上確保
- ベンチ、ネット、審判台に手で触れない
- 試合の始めと終わりの挨拶は握手ではない方法で
- プレイ中は手で顔に触れない
- テニス施設のルールを守る

ダブルスペア間でラケットが当たらない距離は約280cm【(腕の長さ+ラケットの長さ)×2】



なるべく距離をあける



ソーシャルディスタンス

テニスは社会的距離が確保できるスポーツです。