

臺北市防疫警戒期間運動指引（111 年 4 月 22 日起適用）

規範依據	開放範圍	防疫措施	確診或發現身體不適者處理方式（SOP 詳如附件 1）
<p>遵循中央流行疫情指揮中心公告警戒管制項目，且不得違反中央及本市防疫措施規範。</p>	<p>開放各類運動場館（含泳池）及各類運動項目。</p>	<p>1、場館規範：</p> <p>(1) 場館動線單一出入口管制（停車場出入口應與場館出入口分流）。</p> <p>(2) 進入場館應採實聯制、量測體溫、手部消毒，當日首次進入場館時須主動申報健康調查。進入健身房運動之民眾如已達中央流行疫情指揮中心規定符合各年齡層應施打接種 COVID-19 疫苗者，應出具完整接種 3 劑證明始得入場，未達可施打 COVID-19 第三劑疫苗年齡者，入場後應全程戴口罩。</p> <p>(3) 於室內/外從事運動或於烤箱、水療設施、三溫暖、蒸氣室、水域活動等易使口罩潮濕之場合得免戴口罩，但如本身有相關症狀或與不特定對象無法保持社交距離時，仍應戴口罩。</p> <p>(4) 場館內如有飲食需求，且能與不特定對象保持社交距離或有適當阻隔設備者，得免戴口罩。附設之餐飲空間須符合中央、本市餐飲業防疫指引。</p> <p>(5) 管制點放置乾洗手液或酒精。</p> <p>(6) 賽事活動前後應加強清消，另經常接觸面每隔 2 小時消毒 1 次，室內空間使用空調時，仍應保持空氣流通。</p> <p>(7) 運動器材使用後應予消毒，方可提供下一位使用。</p> <p>(8) 使用更衣室應全程戴口罩。</p> <p>(9) 淋浴間使用注意事項：</p> <p>①採單一出入口。</p> <p>②離開淋浴間後應立即戴上口罩。</p> <p>③淋浴間定時清潔消毒，以避免地面積水或排水孔阻塞。</p> <p>(10) 河濱或堤內公園場地：採實聯制及健康調查、落實自主健康管理。</p> <p>2、社交距離：</p> <p>(1) 請維持至少室內 1.5 公尺／室外 1 公尺之社交距離。</p> <p>(2) 避免人與人交談及面對面交談狀態。</p> <p>(3) 運動訓練器材（包含但不限於：跑步機、健身車、飛輪、登階機、重量訓練設備等）採間隔使用或維持至少 1.5 公尺社交距離。</p> <p>3、人數限制及人員健康管理：</p> <p>(1) 容留人數回歸各運動場館／地（含泳池）規定。</p> <p>(2) 泳池水質及自由餘氯含量等標準回歸「臺北市營業衛生管理自治條例」規定。</p> <p>(3) 居家隔離、居家檢疫、居家自主健康管理及有發燒、喉痛、頭疼、腹瀉、倦怠、流鼻水、嗅味覺異常、呼吸急促、呼吸道異常等症狀者禁止進入場館。</p> <p>(4) 進入場館應遵守運動場地或活動主辦單位的防疫規定，優先使用自備運動器材，使用公共器材、設施或用品前後，請確實清潔與消毒，若有身體不適，請立即停止運動；運動後盡快返家，不群聚，若有不適，請尋求醫療協助。</p> <p>(5) 活動、比賽、營隊或訓練之工作人員應於活動開始前 2 週落實自主健康管理。</p> <p>(6) 場館第一線工作人員（教練、防護員、救生員及櫃檯服務人員）於提供服務前，皆應完整接種 3 劑 COVID-19 疫苗並列冊管理，且應落實勤洗手、戴口罩及自主健康管理。</p>	<p>1、發現已入場館之身體不適者：</p> <p>(1) 民眾自行／場館人員協助儘速返家休息或就醫。</p> <p>(2) 場館人員記錄身體不適者及相關聯絡資料，以備可能之疫調需求。</p> <p>(3) 市府所屬機關之自營或委外場館人員應儘速通報主管機關。</p> <p>(4) 場館消毒。</p> <p>2、衛生局通報有確診案例：</p> <p>(1) 場館人員應儘速填寫通報表（附件 2）；另市府所屬機關之自營或委外場館管理人員應儘速通報主管機關。</p> <p>(2) 撤離場館民眾及人員，閉館進行全場館消毒。</p> <p>(3) 將填妥之通報表（附件 2）提供衛生局並配合疫調（衛生局防疫專線：2375-3782）。疫調匡列人員依規定執行居家隔離或自主健康管理。</p>

註 1、健康調查內容：

(1) 目前是否為居家隔離、居家檢疫或居家自主健康管理者？

(2) 是否有發燒、喉痛、頭疼、腹瀉、倦怠、流鼻水、嗅味覺異常、呼吸急促、呼吸道異常等症狀（1 項以上）？

註 2、若有境外選手或工作人員，應配合中央流行疫情指揮中心防疫規定，完成居家檢疫及自主健康管理後，始得入場館訓練或參賽，若有特殊需求，應報請指揮中心同意後辦理。