

<競技会後/自己管理用>

体調管理チェックシート

JAAF

* 競技会終了後2週間はチェックすること。

* 該当しない場合は✓を、該当する場合は○を記入すること。（体温は0.1℃単位の数字を記入）

No.	チェックリスト	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23
1	のどの痛みがある														
2	咳（せき）が出る														
3	痰（たん）が出たり、からんだりする														
4	鼻水、鼻づまりがある *アレルギーを除く														
5	頭が痛い														
6	体のだるさなどがある														
7	発熱の症状がある														
8	息苦しさがある														
9	味覚異常（味がしない）														
10	嗅覚異常（匂いがしない）														
11	体温														

8月9日・出場種目:

名 前

所属名（学校名など）

連絡先（電話番号）

保護者名（未成年の場合）

* 症状が4日以上続く場合は必ず最寄りの保健所、医師会、診療所等に報告すること。症状には個人差があるので、強い症状と思う場合にはすぐに報告すること。

* 保健所、医師会、診療所等に相談後、必ず大会主催者に報告すること。