

<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	7/12	7/13	7/14	7/15	7/16	7/17	7/18	7/19	7/20	7/21	7/22	7/23	7/24	7/25	7/26
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															
		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

第1日出場種目:

第2日出場種目:

競技者名

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。