

【姫路市陸上競技記録会・競技会後／個人管理用】

体調管理チェックシート



※大会終了後2週間は健康チェックをしてください

※該当しない場合は✓を入れ、該当する場合は○を記入してください（体温0.1℃単位の数字を記入）

No.	チェックリスト	5/3	5/4	5/5	5/6	5/7	5/8	5/9	5/10	5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16
1	のどの痛みがある														
2	咳（せき）が出る														
3	痰（たん）がでたり、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	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

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、診療所等に報告してください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに報告してください。

※保健所、診療所等に相談後、必ず大会主催者に報告してください。