

【姫路市民体育委大会・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	10/4	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17
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。