JTU認定記録会（島根会場）参加のための体調チェック・確認事項

記録会に参加する前に以下の点を確認しましょう。また必要事項を記入してください。

記録会の当日に担当まで提出をお願いします。

●参加者氏名 （ 　　　　　　　　　　　）

●保護者氏名 （ 　　　　　　　　　　　）

●電話番号（当日連絡可能な） （　　　　　　　　　　　　 ）

●今朝の体温（　　　　　 ）℃

●現在の体調（5 段階評価：5 良い～1 悪い） （ 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 ）

●本日の体調で気になることがあれば、該当項目にチェックしてください(複数回答可)

□ 胸が痛い・苦しい 　　□ 普段と比べて血圧が高い 　　□ 動悸や息切れがする

□ 頭痛やめまいがする 　□ 顔や足にむくみがある 　　　□ 下痢や激しい腹痛がある

□ 筋肉や関節に痛みや腫れが ある 　　□ 疲れていて体がだるい 　□ 睡眠不足

□ その他、普段とは体の調子が異なる □ 気になることはない

●過去２週間において、以下の症状や出来事に該当すればチェックしてください(複数可) □ 発熱(37.5℃以上) 　　□ 咳 　　□ 喉の痛み　　□ だるさ(倦怠感)

□ 息苦しさ □ 嗅覚異常 □ 味覚異常

□ 新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触

□ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる

□ 政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある

□ いずれもない

●以下の項目を確認し、了解したらチェックをしてください

□ マスクを持参している

□ こまめな手洗い・手指消毒を実施する

□ 他の参加者との距離を確保する（できれば 2m、最低 1m）

□ 運動中に大声で会話・応援をしない

□ 感染防止のために指導者の指示に従う

□ 本日から 2 週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合には、指導者へ速やかに報告する

□ 運動前後の参加者同士での集団行動は最小限にして、三つの密を避ける