**館山湾寒中水泳大会　健康チェックリスト**

各自、当日朝、血圧・検温測定及び健康状態を確認し、本チェックシート記入のうえ、大会会場受付に提出してください。

団体参加の場合は、代表者が取りまとめのうえ、提出してください。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **区分** | **個人　　・　　団体** | | | |
| **団体名**  **※団体申込のみ記載** |  | | | |
| **ふりがな** |  | | **年齢** | 歳 |
| **氏名** |  | |
| **血圧**  **※大会当日朝** | **最高** | **最低** | | |
| **mmHg** | **mmHg** | | |
| **脈拍**  **※大会当日朝** | **回／分** | | | |
| **体温**  **※大会当日朝** | **℃** | | | |

血圧・脈拍で以下のいずれかに該当する場合や体調に不安がある場合は、会場に待機している医師の診察を受けてください。

最高血圧１３０mmHg以上　最低血圧８５mmHg以上　脈拍１００回以上／分　５０回未満／分

**□私は、過去１週間の健康状態等について、以下の項目に該当しません。**

1. 平熱を超える発熱(３７℃以上かつ平熱より明らかに高い場合)がある
2. 咳、のどの痛みなど風邪の症状がある
3. だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がある
4. 嗅覚や味覚の異常がある
5. 体が重く感じる、疲れやすい等
6. 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある
7. 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
8. 過去１４日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航又は当該在住者との接触がある

⑨　その他ストレス、過労、寝不足、食欲不振、動悸など体調不良が見られる

※チェックリストに該当する場合，参加は不可とします。

※報告いただいた内容は、保健所・医療機関へ情報提供する場合があります。