

【 体温・健康管理・行動チェックシート 】

氏名	
住所	〒
連絡先(携帯番号)	

チェックシートは長野県トライアスロン協会主催の各教室・イベントの開催にあたり、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する為、参加者の皆様の健康状態を確認する事を目的としています。本チェックシートに記入いただいた個人情報については、厳正なる管理のもとに保管し、健康状態の把握、参加・来場可否の判断および必要なご連絡の為にのみ利用します。感染者又は感染の疑いのある方が判明した場合には、必要な範囲で保健所等の関係機関に情報を提供することがありますことを予めご了承ください。

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目
	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日
体温(°C)	°C													
体調														
5段階評価：5 良い～1 悪い														
■ 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)														
以下のいずれも該当なし	<input type="checkbox"/>													
咳や喉に痛みがある	<input type="checkbox"/>													
臭覚や味覚に異常を感じる	<input type="checkbox"/>													
胸が痛い・息苦しい	<input type="checkbox"/>													
普段と比べて血圧が高い	<input type="checkbox"/>													
動悸や息切れがする	<input type="checkbox"/>													
頭痛やめまいがする	<input type="checkbox"/>													
顔や足にむくみがある	<input type="checkbox"/>													
下痢や激しい腹痛がある	<input type="checkbox"/>													
筋肉や関節に痛みや腫れがある	<input type="checkbox"/>													
疲れていて体がだるい	<input type="checkbox"/>													
睡眠不足	<input type="checkbox"/>													
その他、普段とは体の調子が異なる	<input type="checkbox"/>													
■ 日常生活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)														
1. 外出の際、マスクを忘れることがある	<input type="checkbox"/>													
2. 頻回の手洗い、手指消毒を忘れることがある	<input type="checkbox"/>													
3. ソーシャルディスタンスを忘れてしまうことがある	<input type="checkbox"/>													
4. 接触確認アプリ(推奨：COCOA)からアラートがきた	<input type="checkbox"/>													
5. 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる	<input type="checkbox"/>													
6. 入国制限がある国、地域へ渡航していた	<input type="checkbox"/>													
7. クラスタが発生している都道府県や該当地出張または訪れた	<input type="checkbox"/>													
8. 大人数(5名以上)での会食をした	<input type="checkbox"/>													
9. 大人数のイベントへ参加した	<input type="checkbox"/>													
※上記の4～9に該当する場合、「誰」と「どこで」「何時から何時まで」にその状況があったか、必ず日誌やカレンダーに記録を残してください。感染者が発生したときにお伺いすることがあります。														

2021年4月11日(日)より毎日体温測定ならびに健康チェックを行い「体温・健康管理・行動記録シート」に記録し、体験教室当日に提出してください。
ご理解・ご協力よろしくお願いします。