

### 【大会後／個人管理用】新型コロナウイルス感染症についての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すること。

※該当しない場合は✓を入れ、該当する場合は○を記入すること（体温0.1℃単位の数字を記入）

| No. | チェックリスト                                | 3/20 | 3/21 | 3/22 | 3/23 | 3/24 | 3/25 | 3/26 | 3/27 | 3/28 | 3/29 | 3/30 | 3/31 | 4/1 | 4/2 | 4/3 | 4/4 |
|-----|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|-----|
| 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<br><small>※アレルギーを除く</small> |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |     |
| 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                                     | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃    | ℃   | ℃   | ℃   | ℃   |

※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。