



青島鬼の洗濯板アクアスロン 健康チェックリスト

レース NO _____

氏 名 _____

選手の皆さんが各自で下記項目を必ず確認の上、ひとつでも当てはまる項目があれば、大会参加の可否について、救護本部で医師の診察・相談をして下さい。

- 極端に寝不足である。
- 前日に深酒している
- 頭痛がする。
- 胸が痛い。
- 1日10本以上喫煙する。
- 体調が思わしくない。
- 気分が悪い。
- めまい、立ちくらみがある。
- 動機、息切れがある。
- 疲労感がある。
- 寒冷じんましんにかかったことがある。
- 低体温症の経験がある。
- 過換気になったことがある。
- 失神の経験がある。
- 持病、疾患を持っている。[病名： _____]
- 普段から血圧が高い（薬を服用している）。
→薬を服用している方は、必ず血圧測定を受けて下さい。
- 呼吸（喘息など）・循環器（抗不整脈薬・冠血管拡張薬など）・内分泌（甲状腺・糖尿病など）系の内服薬がある→※必ず申告してください。

上記以外に気になることがあれば、救護本部までお気軽にご相談ください。

メディカル使用欄

メディカル使用欄