

## 健康チェックシート

中学校・クラブチーム名 (

) ( ) 年 生徒氏名: (

)

体調に関する事項	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
今朝の体温	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
朝に体温測定で平熱を超える発熱がない。												
喉・咳の痛みなどの風邪の症状がない。												
匂いや味の感覚がおかしくない。												
だるさや息苦しさ、体が重く感じる、疲れやすい等がない。												
同居家族や身近な人に感染が疑われる人がいない。感染者との濃厚接触がない。												

体調に関する事項	10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25	10/26	10/27	10/28
今朝の体温	°C											
朝に体温測定で平熱を超える発熱がない。												
喉・咳の痛みなどの風邪の症状がない。												
匂いや味の感覚がおかしくない。												
だるさや息苦しさ、体が重く感じる、疲れやすい等がない。												
同居家族や身近な人に感染が疑われる人がいない。感染者との濃厚接触がない。												

## 【確認事項】

- マスクを着用し、個人用の飲料、タオル、ティッシュを持参している
- チームメイトやコーチ、その他のスタッフとはできりる限り2 m以上に距離を保つ。
- ハイタッチをしたり、近づいて声をかけ合ったり、大声を出さないようにする。
- 水分補給をこまめに実施する。必ず個人用のボトルを使うようにし、冷水器や共用の蛇口から直接飲水しない。
- 練習中に手で鼻や口を触らず、汗はタオルで拭き取る。靴の裏を手で拭かない。
- 鼻をかむ場合はティッシュを使用し、使用後は各自持ち帰り捨てる。



