

セントラルスポーツカップ 2013 東京・マラソンスイミング (2013 年 9 月 29 日開催)

【オープンウォータースイミング大会 健康チェックリスト】

次の中で当てはまる項目がある場合は、□に✓をつけ、救護所で医師の診察を受けてください。

- 極端に寝不足である。
- 前日に深酒をしている
- 頭痛がする
- 胸が痛い
- 呼吸が浅い気がする
- 重い持病、疾患を持っている
- 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
- 動悸、息切れがある
- 普段から血圧が高い (薬を服用している方は必ず血圧測定をお受けください)
- 疲労感が強い
- 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
- 足がつりやすい
- 持病がある (病名: _____)

上記以外でも、気になることがあれば救護所まで気軽にご相談ください。

なお、上記の項目を確認された方は、以下に署名の上、受付でお渡してください。

駅伝の部へ出場の方は、チームメンバー全ての方が、このチェックリストをご提出ください。

() 内の空欄にご記入及び該当する項目全てを○で囲んでください。

氏名 (_____)	性別 (男 ・ 女)
所属 (_____)	
チーム名 (_____)	※駅伝の部に出場の方に限り記載ください。
生年月日 (昭和・平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日)	
出場日及び種目	9/29 OWS 個人の部 (選手権 ・ 一般)
	9/29 駅伝の部 (選手権 ・ 一般)

以上