第３８回天草トライアスロン大会　　【体温・健康管理・行動記録シート】

レースナンバー　：	本人連絡先		（携帯）			
	家族連絡先		（携帯）			
氏　　名	1日目	2日目	３日目	4日目	5日目	当日
	2023/5/29	2023/5/30	2023/5/31	2023/6/2	2023/6/3	2023/6/4
	℃	℃	℃	℃	℃	
体　調　5段階評価　（良い：５　～　悪い：１）						

◆本日の体調についてチェックしてください。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。（複数可）						
以下のいずれも該当なし	□	□	□	□	□	□
咳がある	□	□	□	□	□	□
のどの痛みがある	□	□	□	□	□	□
鼻水、鼻づまりがある	□	□	□	□	□	□
臭覚や味覚に異常を感じる	□	□	□	□	□	□
胸が痛い、息苦しい	□	□	□	□	□	□
息切れがする	□	□	□	□	□	□
頭痛やめまいがする	□	□	□	□	□	□
下痢や腹痛がある	□	□	□	□	□	□
筋肉や関節に痛みがある	□	□	□	□	□	□
疲れていて体がだるい	□	□	□	□	□	□
その他、普段とは体の調子が異なる	□	□	□	□	□	□