**【当日健康チェックシート　駅伝用】**

ゼッケン番号

チーム名

代表者確認サイン

※出場者本人が記入したことをご確認の上、代表者確認サインをお願いします。

安全に参加していただくために、レース当日の体調をスタート前にチェックしましょう。

下記の質問に対する答えを○か×でお答えください。

1. 熱はない
2. 体はだるくない
3. 昨夜の睡眠は十分
4. 食欲はある
5. 下痢はしていない
6. 頭痛や胸痛はない
7. 関節の痛みはない
8. 過労はない
9. 長距離移動での疲れはない

１０．前回のスポーツの疲れは残っていない

１１．今日の駅伝に参加する意欲は十分ある

＜回答欄＞

※上記回答欄は出場者本人が記入してください。

　上記の項目の中で１つでも×がついた場合は、レース参加を中止するか、慎重にレースに臨んでください。１週間以上症状の続いている場合は、事前に医師の診察を必ず受けてください。

**（注意）　当日健康チェックシートは必ず受付時に参加全選手分を記入してご提出願います。**