

※競技会終了後2週間は健康チェックをすること。

※以下の項目で該当しない場合は✓を入れ、該当する場合は○を記入すること（体温は0.1℃単位の数字を記入すること。）。

No.	チェック項目	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	
1	のどの痛みがある															
2	咳(せき)が出る															
3	痰(たん)がでたり, からんだりする															
4	鼻水, 鼻づまりがある ※アレルギーを除く。															
5	頭が痛い															
6	体のだるさなどがある															
7	発熱の症状がある															
8	息苦しさがある															
9	味覚異常(味がしない)															
10	嗅覚異常(匂いがしない)															
11	体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

※症状が4日以上続く場合は、かかりつけ医もしくは受診相談センター等に連絡してください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う時はすぐに連絡してください。

※かかりつけ医もしくは受診相談センター等に連絡後は、必ず岡山陸上競技協会（TEL:086-214-3156）に報告してください。

### ◆発熱やせきなどの症状が出た場合

#### まずは、かかりつけ医に電話相談

かかりつけ医がない場合は、岡山県ホームページで探すか、下記の受診相談センターに電話相談してください。

■平日：午前9時～午後5時

■土日曜・祝日：午前8時～午後6時

- 岡山市保健所 086-803-1360
- 倉敷市保健所 086-434-9819
- 岡山県備前保健所 086-272-3934
- 岡山県備前保健所東備支所 0869-92-5180
- 岡山県備中保健所 086-434-7072
- 岡山県備中保健所井笠支所 0865-69-1675
- 岡山県備北保健所 0866-21-2836
- 岡山県備北保健所新見支所 0867-72-5691
- 岡山県真庭保健所 0867-44-2990
- 岡山県美作保健所 0868-23-0163
- 岡山県美作保健所勝英支所 0868-73-4054

担当医療機関へ転送 086-226-7925