

健康観察カード

HRS

ねん 年
なまえ 名前

	例	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ひ 日にち	4 / 9	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
ようび 曜日	木														
たいおん 体温	36.0 度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度
せき	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし
のどの いた 痛み	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし
はなみず 鼻水・ はな 鼻づまり	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし	あり なし
たいちよう 体調 いきぐる (息苦しき ・だるさ等)	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい	よい ふつう わるい
ほか その他 (におい・味がしない づつう、げり など)															
ほごしき 保護者サイン															

※ 活動がない日も含めて毎朝体温を測り、観察結果を記録し、保護者サインのうえ、毎回ご持参ください。(保護者の方も検温は行ってください。)

※ 練習前に指導員に提出し、チェックをもらってください。(一項目でも「あり」があった場合や未記入、忘れてしまった場合、練習には参加できません。)

※ 発熱や風邪等の症状がみられる場合、参加はせずに自宅で休養してください。

(注) 大阪市の健康観察表を引用・加工しています。

熱中症 問診票

(年1回必ず更新して下さい。)

名前 _____ 生年月日 _____ 年 月 日 _____ 歳 血液型 _____ 型

身長 _____ m _____ cm 体重 _____ kg

緊急連絡先: _____ 選手との続柄 _____

①

- ・今までに大きな病気をしたことがありますか？(ある ・ ない)
- ・あるとご記入頂いた方にお聞きします。下記の病気に該当するものがあれば○をご記入下さい。
(心臓病・腎臓病・気管支喘息・その他: _____)
- ・現在服用中の薬があればご記入下さい。(_____)

②

不具合になるまでの状況

- ・食事や飲水の摂取や適当な塩分の摂取をしていたか？ (はい ・ いいえ)
- ・活動場所:屋外 (グラウンド)
- ・WBGT (_____)
- ・何時間その環境にいましたか？ (_____)時間
- ・どのような活動の時に具合が悪くなりましたか？
(ウォーミングアップ ・ ランパス ・ タックル練習 ・ 実践練習中)
- ・その時の服装はどうでしたか？
- 帽子をどうですか？ (被っていた ・ 被っていない)
- 通気性の良い服装でしたか？ (はい ・ いいえ)

③

不具合になった時の状況

- ・頭痛 (あり ・ なし)
- ・めまい、吐き気、嘔吐 (あり ・ なし)
- ・のどの渇き (あり ・ なし)
- ・倦怠感 (あり ・ なし)
- ・四肢や腹筋のこむら返り(痛み) (あり ・ なし)
- ・具合が悪くなった時の体温 (_____)°C
- ・呼吸の数 (不規則 ・ 速い ・ 遅い)
- ・意識状態 (目を開けている ・ ウウトしがち ・ 刺激で開眼 ・ 開眼しない)
- ・発汗の程度 (極めて多い ・ 多い ・ 少ない ・ なし)
- ・行動異常 (ろれつが回っていないとか意味不明の発語の有無) (あり ・ なし)
- ・現場での緊急措置の有無 (あり ・ なし)

ありの場合どのような措置をされましたか？

方法(_____)