

# 練習前の健康自己チェック表

部活動名

年 組 番 氏名

月

練習日 チェック項目	記載例	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	疲れていない。	○																															
朝食をきちんと食べた。	×																																
今、熱がない。	○																																
今、頭痛はない。	○																																
今、胸痛・息苦しさはない。	○																																
今、腹痛はない。	○																																
今、手・足(関節を含む)に痛みはない。	○																																
今、その他の体に痛みはない。	○																																
現在、けがや病気で病院にかかっていない。	×																																
顧問確認欄																																	

○…Yes    ×…No

すり傷などのけがで病院へかかった場合、破傷風の予防接種を受けたかどうか聞かれます。  
まえて自分で、確認しましょう。

破傷風の予防接種は行いましたか。	実施済	未実施
------------------	-----	-----