

保護者様

一般財団法人岡山陸上競技協会学童部

第41回岡山県学童陸上競技大会で、800m走、1000m走に参加する選手の皆さんは、大会当日（11/2）朝の体調を以下の「スポーツ参加当日のセルフチェック10ポイント」でチェックし、受付時にご提出ください。体調面で気になる場合には、大会救護員に相談して出走するかどうかをご判断ください。

選手の体調には万全を期して臨ませたいと考えますので、ご協力をお願いします。

### スポーツ参加当日のセルフチェック10ポイント

（                      ）小学校                      選手名（                      ）男 ・ 女

下記の質問において、当てはまる項目に○を付けてください。

- |                          |     |   |     |
|--------------------------|-----|---|-----|
| 1 熱はあるか                  | な い | ・ | あ る |
| 2 体はだるくないか               | な い | ・ | だるい |
| 3 昨夜の睡眠は十分か              | 十 分 | ・ | 不十分 |
| 4 食欲はあるか                 | あ る | ・ | な い |
| 5 下痢はしていないか              | いない | ・ | い る |
| 6 頭痛や胸痛はないか              | な い | ・ | あ る |
| 7 関節の痛みはないか              | な い | ・ | あ る |
| 8 過労はないか                 | な い | ・ | あ る |
| 9 前回のスポーツの疲れは残っていないか     | な い | ・ | あ る |
| 10 今日のスポーツに参加する意欲は十分にあるか | あ る | ・ | な い |

保護者の責任において、上記の者が、本日800m走、1000m走を走るのに十分な体調であると判断し、本大会に参加させます。

令和元年11月2日

保護者氏名（                      ） 印