

練習会(セレクション)体調管理シート

千葉商科大学 硬式野球部

高校名	電話番号	氏 名	住所

NO	日 付	曜日	睡 眠 時 間	体 温	呼 吸 器 症 状	呼 吸 器 以 外 の 症 状 等	身近な人(家族・同居人等)の体調	確 認	
1	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
2	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
3	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
4	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
5	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
6	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	
7	/		就寝時刻 時 分頃	起床時	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	体調不良なし	
			起床時刻 時 分頃	活動後	℃	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・()	異常なし・頭痛・寒気・倦怠感 食欲不振・解熱剤使用・()	家族・同居人・その他 ()	