

健康対策について

参加申込に際しては、下記の「健康チェックリスト」により、各自で事前に健康チェックをしてください。あてはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、自己の責任において必要な対策を行ってください。

健康管理には万全を期して参加して頂きますようお願いいたします。

岐阜大会参加申込時 健康チェックリスト

大会実行委員会

大会の申込にあたって、健康チェックが必要です。申込者各自で責任をもって確認してください。

(A) 下記の項目(1~4)のうち、1つでもあてはまる項目があれば、大会参加の可否について、かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医の指導のもと、健康診断や心臓検診を受けてください。大会に参加する場合には、自己責任で行ってください。

- 1. 心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈など)の診断を受けている。もしくは治療中である。
- 2. 突然、気を失ったこと(失神発作)がある。
- 3. 血縁者にいわゆる“心臓麻痺”で突然亡くなった人がいる。(突然死)
- 4. 最近1年以上健康診断を受けていない。

(B) 下記の項目(5~8)は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。あてはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、大会参加前までに状態を安定させてください。

- 5. 血圧が高い。(高血圧)
- 6. 血糖値が高い。(糖尿病)
- 7. コレステロールや中性脂肪が高い。(高脂血症)
- 8. タバコを吸っている。(喫煙)

- * かかりつけ医とは、皆さんの健康や体調を管理してくださっている身近なドクターです。
- * かかりつけ医をきちんと決めて、各種の検査や大会参加などについて相談しましょう。