

同伴者の方がいる場合は、一緒に確認しましょう！



体調管理のためのセルフチェックシート

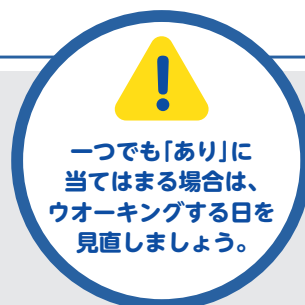
Tokyo 健康ウォークに安心してご参加いただくため、ウォーキングを行う前に、必ず体調と感染防止対策をご確認ください。体調に不安がある場合は、参加を見合わせていただきますようお願いいたします。

※参加当日、本紙の提出は不要ですが、必ずご出発前に下記項目のチェックをお願いします。

●参加当日の体調に関するチェック項目

参加当日の体温 (度 分)

※当日の体温が 37.5℃ を超える方は、参加をお断りさせていただきます。



咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状

あり なし

だるさ(倦怠(けんたい)感)や息苦しさ(呼吸困難)

あり なし

嗅覚や味覚の異常

あり なし

体が重く感じる、疲れやすい等の症状

あり なし

新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触の有無

あり なし

同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

あり なし

過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触があり、待機期間中の場合

あり なし

注意事項

- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため「十分な距離」を確保し、ウォーキングするようご協力をお願いします。ウォーキング中はマスクは不要ですが、十分な距離が取れずに会話をするときは、必ずマスクの着用をお願いします。

問い合わせ

ウォーキング
当日における
緊急の連絡先

Tokyo 健康ウォーク 2022 エントリー事務局

03-3238-1197 (平日 10:00~17:30)

※11/13(日)~11/20(日)は土日問わず対応

体調管理や感染防止対策に気を付けて、楽しくウォーキングを行いましょう！