

長野市陸上競技協会シニア陸上競技教室 ～ マイペースで体力づくり ～

### 参加申込票・健康調査票

この調査票は、標記教室実施(保険加入)のために必要な項目、健康状態をお教え頂くものです。個人の秘密は厳守されますので、できる限り正確にご記入下さい。

ふりがな

ご氏名 \_\_\_\_\_ (男・女) ご住所 〒 \_\_\_\_\_ 長野市 \_\_\_\_\_

生年月日 昭和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 ( \_\_\_\_\_ ) 歳 ご連絡先 0 2 6 - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

緊急時連絡先 電話番号 \_\_\_\_\_ 携帯 \_\_\_\_\_

連絡先のお名前 \_\_\_\_\_ 続柄 ( \_\_\_\_\_ )

【希望パート】 下記2つのパートに○印を付けて下さい。また、必ずしも希望に沿えるものではありませんが、2つのパート以外で希望する種目がある場合はご記入ください。

- 1) 短距離パート 2) 中長距離パート その他希望種目 (具体的に: \_\_\_\_\_)

【健康等の調査】 当てはまる項目に○印を付けて下さい。

(1) 現在のお身体の調子について伺います。

- 1) 健康だと思う 2) 健康な方だと思う 3) あまり健康ではない 4) 健康ではない

(2) 現在、治療中もしくは経過をみている病気はありますか

1) ない

2) ある 病名等: \_\_\_\_\_

(3) 最近、次の様な症状がありますか

- 1) よく熱が出る はい ・ いいえ ・ 時々ある  
2) めまいや立ちくらみがする はい ・ いいえ ・ 時々ある  
3) 腰が痛いことがある はい ・ いいえ ・ 時々ある  
4) 膝が痛いことがある はい ・ いいえ ・ 時々ある  
5) 神経痛がある はい ・ いいえ ・ 時々ある

(4) 最近の運動頻度はどのくらいですか、1回の運動時間は30分くらいとしてお答え下さい。

1) ほとんど実施していない

2) 1週間に1回くらい → (内容: \_\_\_\_\_)

3) 1週間に3回くらい → (内容: \_\_\_\_\_)

4) ほぼ毎日 → (内容: \_\_\_\_\_)

(5) 陸上競技のご経験はありますか (いつ頃からいつ頃まで、競技種目・記録・実績など)

(6) 本教室への参加目的と目標、ご要望等をご記入下さい

長野市陸上競技協会および本教室では、ご記入していただいた個人情報は、適正に管理するとともに、本教室の運営および効果の判定以外には利用しません。個人情報の利用について「同意」をいただきますようお願い申し上げます。

私は個人情報を利用することに同意するとともに、健康管理に注意しながら自己責任において参加致します。

署名 (自署) \_\_\_\_\_

印 \_\_\_\_\_