

第3回全日本マスターズレガッタ参加者の健康チェックについて

ボート競技は、強度の高い運動であり、競技参加者は日頃から自らの健康問題には関心を持つことが重要です。全日本マスターズレガッタ開催にあたって、特に心血管系の疾患に関与する事項を中心とした事前健康チェック表を作成しました。レースに参加される方は事前健康チェック表を確認の上、別添の「**第3回全日本マスターズレガッタ参加時誓約書**」に自筆の署名及び緊急時連絡先を記入の上、大会参加受付時に提出をお願いします。

事前健康チェック表

A 下記の項目に、一つでもあてはまることがありますか？

あてはまる項目があれば、かかりつけ医などを受診して健康診断や精密検査を行ってください。

- 1 心臓病（心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈）の診断を受けている。
- 2 突然に気を失ったことがある
- 3 血縁者に、理由が不明の突然死で亡くなった人がいる。
- 4 最近1年以上健康診断を受けていない。

B 下記の項目は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。

当てはまる項目があれば、かかりつけ医と相談してレース前までに、状態を安定させてください。

- 1 高血圧
- 2 糖尿病
- 3 高コレステロール血症
- 4 喫煙

以上