

宮古島シュノーケリング教室 健康チェック表

健康チェック/あなたの過去の病歴と現在の健康状態に該当する項目に○印をして下さい

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1 前日の睡眠は充分でない | 11 めまいや失神したことがある |
| 2 二日酔いである | 12 てんかんの既往がある |
| 3 疲労が蓄積している | 13 糖尿病の既往がある |
| 4 体調が良好でない | 14 心臓疾患がある(狭心症・心臓発作) |
| 5 その他、本日のツアーにおいて支障となる事がある | 15 精神疾患がある |
| 6 現在風邪をひいている | 16 眼鏡・コンタクトをしている |
| 7 現在薬を服用している | 17 手足の動きに制限がある |
| 8 現在通院中である | 18 妊娠中である |
| 9 船酔いしやすい | 19 以上のどれにも該当しない |
| 10 煙草を沢山吸う | |

◆ **注意事項**◆ この度は宮古島シュノーケリング教室にご参加頂き有難うございます。ツアー参加にあたり、技術やルールを無視すると相当な危険が生じることが予想されます。従って、シュノーケリングを安全に楽しむ為には危険性についての知識を持ち、安全の為の技術を学ぶことが必要です。そして、体調が良好でなければなりません。又、アルコール・薬物の影響がある状態では絶対に行ってはいけません。ちょっとした健康上の問題も、シュノーケリングの際には大きな危険に結びつくことがあります。そのようなことも踏まえ、健康チェックは正確に記入して下さい。安全についての技術やルールは、インストラクターによって具体的に指導されますので、必ずこれを順守して下さい。気軽に楽しめるシュノーケリングだからこそ、インストラクターの指導・監督下を守って行いましょう。本注意事項と健康チェックに関して疑問・質問がありましたら、誓約書に署名する前にインストラクターと相談して下さい。