2025 年度 健康調査カード

キャンプ名： hako チャレンジキャンプ

参加者氏名（ふりがな）		性別		年齢	才

身長	cm	体重	kg	血液型	

薬・注射にアレルギーはありますか？	無 ・ 有 →	何に？

★キャンプ 4 日前より、家庭での健康チェックをお願いします。

	熱（起床時）	便の状態	普段の睡眠時間	
	平熱 ℃	一日平均 回 朝 ・ 昼 ・ 夜	起床時間 ：	就寝時間 ：
3 月 16 日（月）	普通・微熱（ ℃）			
3 月 17 日（火）	普通・微熱（ ℃）			
3 月 18 日（水）	普通・微熱（ ℃）	無・普通・下痢	普通・不足（ 時間）	
3 月 19 日（木）	普通・微熱（ ℃）	無・普通・下痢	普通・不足（ 時間）	
キャンプ当日	普通・微熱（ ℃）	無・普通・下痢	普通・不足（ 時間）	

★キャンプに持参する薬について

薬品名	使用用途 （例）風邪薬、鼻炎薬など	常用か否か	服用するタイミング （例）昼・夕食後 など
①		常用 ・ 今だけ	
②		常用 ・ 今だけ	
③		常用 ・ 今だけ	
④		常用 ・ 今だけ	
⑤		常用 ・ 今だけ	