

ラウト ダイビング参加前確認書

下記の●印の項目を確認し「 はい いいえ」いずれかにチェックを入れてください

※上記に「**いいえ**」がある場合は担当するガイド、インストラクターにご相談ください

●「ダイバーメディカル 参加者チェックシート」を確認済みで、前回に確認した時と体調は変わらない はい いいえ

●疲労感、体のだるさ、痛み、しびれ等いつもと違う体調変化はない はい いいえ

●呼吸、脈(血圧)ともに安定している はい いいえ

●現在服用している薬はない はい いいえ

●12 時間以内に飲酒された方で飲酒による体調不良(二日酔い等)は現在ない はい いいえ

●昨夜の睡眠は十分である はい いいえ

●この 3 日以内に発熱の症状はない はい いいえ

●耳やサイナス(副鼻腔)に閉塞感はなく耳抜きができる はい いいえ

●ダイビングをする意欲が十分にある はい いいえ

裏面に続く

2023 年 1 月 12 日 改訂