第３段階以降の練習用

No.

ヒヅケ 日付	ヨウビ 曜日	タイオン 体温	①風邪の症状 （咳セキ、痰タン、くしゃみ、のどの痛み 等）	ツヨ ②強いだるさ	イキグル ③息苦しさ	オウト ④嘔吐、 ゲリ 下痢	⑤一緒に住んでいる家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる	保護者の承認 ※大学生、成人は不要 （印 or サイン）	組んだ相手の名前	稽古参加状況 A/B （講道館記入）
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			
／		．　℃	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない	ある ・ ない			