

パラグライダー体験フライト参加のための

健康自己診断書

体験タンデムフライトでは高度差300mを5分以上フライトします。ほとんどの参加者は緊張により血圧と心拍数が上昇します。万が一空中で発作等が起きた場合、着陸まで手当てはできません。

また離陸と着陸の際には力強い助走が必要ですが、緊張によりうまく走れない場合、骨や関節の症状により力強い走りが困難な場合は、離着陸に失敗して捻挫・骨折等の怪我につながります。

体験フライトを安全に楽しんでいただくために、下記の自己診断をお願いいたします。

ひとつでも「はい」があった場合はスタッフとご相談ください。

- | | | | |
|--|----|---|-----|
| 1. 今までに心臓に問題があるので医師から運動を制限されていますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 2. 運動中に胸の痛みを感じたことがありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 3. めまいのためにふらついたり、気を失ったことがありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 4. 現在、血圧や心臓の薬を飲んでいますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 5. 骨粗しょう症や関節痛など、運動で悪くなるような骨や関節の問題がありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 6. 喘息などの発作が起きたことがありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 7. 今までにパニックを起こしたり、パニック障害と診断されたことがありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 8. 妊娠中ですか？ | はい | ・ | いいえ |
| 9. 酒気帯び状態ですか？ | はい | ・ | いいえ |
| 10. 体がだるいですか？ | はい | ・ | いいえ |
| 11. 頭痛や胸痛がありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 12. 関節の痛みがありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 13. 上記の質問のほかに運動できない理由が何かありますか？ | はい | ・ | いいえ |
| 14. 今日の体験フライトに大きな不安がありますか？ | はい | ・ | いいえ |

年 月 日

お名前

* パラグライダー専用車椅子「フライチェア」による体験フライトをご希望の場合は、主治医とご家族の同意が必要になります。詳しくはスタッフにお問い合わせください。