

登山歴および健康・体力に関するお伺い書

本アンケートは、当社登山・トレッキング中級以上のツアーの参加にあたり、快適なご旅行と円滑なツアー運営のために直近の登山歴と健康・体力・トレーニングに関してお伺いする確認書面です。お手数ですが、各項目をご確認いただき、必要事項をご記入のうえ返送くださいますようお願い申し上げます。

* 印および回答をご記入ください。

記入日： 年 月 日

問合せNo.	氏名（署名）
--------	--------

◆ 普段山歩きやトレッキングされる際、どの程度の時間を歩行されますか。

- 8 時間以上 5 時間程度 3 時間程度 1 時間程度 経験なし

登山歴、日頃の運動・トレーニング	
直近 1 年の登山歴について	登山経験 <input type="checkbox"/> あり / <input type="checkbox"/> なし
	<input checked="" type="checkbox"/> ありの方 2000m以上 (山名：) 1500～2000m未満 (山名：) 1000～1500m未満 (山名：) 1000m未満 (山名：)
	頻度 ※2ヶ月に1度、登山日など具体的にご記入ください
日頃の運動・トレーニング	種類 <input type="checkbox"/> ランニング <input type="checkbox"/> ウォーキング <input type="checkbox"/> スポーツジム <input type="checkbox"/> 水泳 <input type="checkbox"/> その他 _____
	頻度 ※週に1～2回など具体的にご記入ください

◆ 現在の健康状態についてお聞かせください（任意回答）

- ① 最近3か月以内に入院・手術・検査をすすめられましたか。 はい いいえ
 ② 過去3年以内に病気や異常により、医師の診療・検査を受けましたか。 はい いいえ
 ③ アレルギー性疾患（食物・花粉・日光など）をお持ちですか。 はい いいえ

その他、ご要望や当社が配慮すべき事項がございましたら、下記にてお知らせください。

* ご協力ありがとうございました。

当社および現地ガイド等関係各所にて協議いたします。

なお、歩行ルートや難易度や環境を踏まえて、他の登山・トレッキングツアーへのご案内、もしくは参加をお断わりする場合がございますのであらかじめご了承ください。

* お伺いした個人情報はツアー実施のために利用し、その他の目的には使用いたしません。利用後は速やかに破棄します。