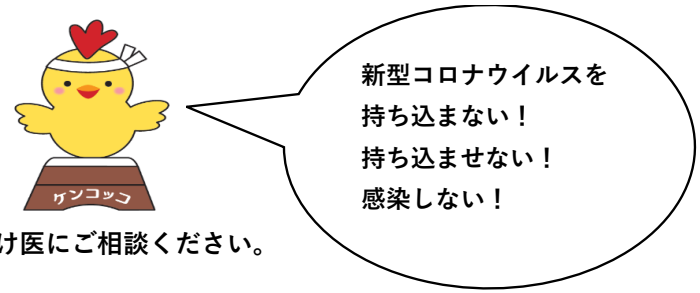
☆あなたの健康チェック票



氏名：

毎日健康チェックしてみましょう。

下記の症状があれば帰国者・接触者相談センター（０５４－６２５－７０８４）または、かかりつけ医にご相談ください。

①風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合（解熱剤を飲んで下げている人を含む）

※高齢者、持病がある（糖尿病、心不全、呼吸器疾患がある、透析を受けている、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている）方は2日程度続いた場合
妊婦の方は早めに受診してください。

②強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合

月日		/	/	/	/	/	/	/
曜日								
最高体温		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
呼吸器症状	せき	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	呼吸困難	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	鼻汁・鼻閉	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	咽頭痛	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
その他	嘔気・嘔吐	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	頭痛	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	全身倦怠感	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	関節筋肉痛	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	においの異常	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	味覚異常	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
	その他	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有	無 ・ 有
備考								