

健康チェックシート

- ①毎日の健康観察が大切です。
- ②朝夕体温を測り、体調のチェックをしましょう。
- ③各項目に該当する場合は○をつけましょう。
- ④不要不急の外出は避けましょう。出かけた場合は行動記録も記入しておきましょう。

月日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
体調	平熱を超える熱がある								
	咳がでる								
	のどの痛みがある								
	鼻水・鼻づまりがある								
	味覚異常がある								
	臭覚異常がある								
	吐き気・嘔吐がある								
	頭が痛い								
	体のだるさがある								
	その他(食欲等)								
行動記録	<ul style="list-style-type: none"> ・行き先 ・移動方法 ・同行者 など 								