

健康状態チェック票

学年(年) 学籍番号() 氏名()

★自分の健康状態を細やかに知ることが、自分自身だけでなく、家族や身近な人々の安全を守ることに繋がります。
1日の活動を始める前(起床時)、活動を終了時(寝る前)に体温を測定し、毎日の健康状態をチェックしましょう。

平熱(°C)

注1: 該当症状がある場合はその症状を○で囲み、それ以外の症状がある場合には、その他症状に記載してください。

注2: 気になる症状が続く場合は、医療機関等に連絡しましょう。

月 日	症状		
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない
／	37.5°C以上、または平熱より1°C以上の発熱がある	ある	ない
本日の体温	咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉・くしゃみ	ある	ない
起床時:(°C)	頭痛・倦怠感・関節痛	ある	ない
寝る前:(°C)	呼吸困難	ある	ない
	吐き気・嘔吐・下痢	ある	ない
	味覚異常・臭覚異常	ある	ない
	その他症状()	ある	ない