

## 健康観察表

名前

感染症対策のために日常的な健康観察が大切です。毎日の朝と夜の決まった時間に検温をして記録し、発熱の有無を調べてください。また同様に毎日、体調のセルフチェックを行い、該当する症状がある場合は○、無い場合には×をつけてください。Aが1つ以上、またはBが2つ以上あれば、参加せずに自宅療養（休養）してください。

いつでもプリントアウトされたこの表を提示できるように携行してください。

日付		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	
曜日																
体温 (°C)	朝 起床時	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	
	夜 就寝時	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	( : )	
体調等	A	発熱														
		呼吸困難 (息苦しさ)														
		倦怠感 (強いだる)														
		咳														
	B	味覚異常														
		嗅覚異常														
		喉の痛み														
		鼻水・鼻づまり														
		頭痛														
		嘔気・嘔吐														
		下痢														
(その他)																
確認欄																

※発熱については、温度だけにとらわれず、普段より高いか等を目安にして判断する。一般に、体温が37.5℃以上を発熱、38℃以上を高熱という（感染症法）。