

★^{しんがた}新型コロナウイルス^{かんせんしやう}感染症^{かんせんしやう}など感染症にかからないように、
 て^{あら}洗い^{じぶん}など自分でできる^{よぼう}予防をしましょう。

★^{まいにちたいおん}毎日体温をはかり、^{じぶん}自分の^{けんこうじやうたい}健康状態^{ちゆうい}に注意し、^{けんこう}健康^{ひやう}チェック表の
 あてはまるところに○などの^{きにゆう}記入をしましょう。

なまえ

ふだんの^{たいおん}体温
 °C

^{けんこう}健康^{ひやう}チェック表

	つきひ 月日	ようび 曜日	あさ ^{たいおん} 朝の体温	よる ^{たいおん} 夜の体温	こまゆうきしやうじやう 呼吸器症状 (せきやかぜ のしやうじやう)	ぜんしんしやうじやう 全身症状 (だるさなどのか らだぜんたいのしやうじやう)
1	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
2	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
3	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
4	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
5	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
6	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
7	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
8	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
9	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
10	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
11	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
12	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
13	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり
14	/		°C	°C	なし ・ あり	なし ・ あり