

健康チェック表

名前：

日付		3日前	2日前	1日前	当日
no		/	/	/	/
①	検温	℃	℃	℃	℃
②	せき	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
③	息苦しさ	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
④	のどの痛み	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑤	身体のだるさ	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑥	味やにおいの感じにくさ	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑦	上①～⑥の症状が完全に治まってから、自分も同居家族も72時間が経過している。	該当なし・いない・いる	該当なし・いない・いる	該当なし・いない・いる	該当なし・いない・いる
⑧	自分もしくは同居者は、新型コロナウイルスに感染している。又は、感染している人と過去3日以内に接触した（少なくとも、3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑨	自分もしくは同居者は、新型コロナウイルスの検査を受ける予定がある。又は、検査を受ける予定がある人と過去3日以内に接触した（3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑩	自分もしくは同居者は、過去3日以内に新型コロナウイルスの感染者が発生した職場、学校、施設等に所属している。又は、所属している人と接触した（3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑪	自分もしくは同居者は、新型コロナウイルスの感染者が発生した過去3日以内のパーティ、コンサート、その他のイベントや会合等に参加した。又は、参加した人と接触した（3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑫	自分もしくは同居者は、過去3日以内に新型コロナウイルスの感染者が発生した各種の店舗、施設等に立ち入った。又は、立ち入った人と接触した（3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない
⑬	自分もしくは自分の同居者は、海外から帰国（入国）したときに検疫機関から指示された隔離期間中である。又は、隔離期間中の人と接触した（3メートル以内にマスク着用、着用していないにもかかわらず3分以上一緒にいた）ことに心当たりがある。	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない

毎日、記録をつけてください。