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もつながります。
1日の活動を始める前（起床時）、活動を終えた時（就寝前）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　（　　℃）

注：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

	/	/	/	/	/	/	/
起床時体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
就寝前体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
37.5℃以上、または平熱より1℃以上の発熱	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
咳嗽	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
咽頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
鼻汁・鼻閉	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
くしゃみ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
倦怠感	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
関節痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
呼吸困難	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
吐き気・嘔吐	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
下痢	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
味覚障害	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
嗅覚障害	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
上記以外の症状							

	/	/	/	/	/	/	/
起床時体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
就寝前体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
37.5℃以上、または平熱より1℃以上の発熱	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
咳嗽	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
咽頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
鼻汁・鼻閉	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
くしゃみ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
倦怠感	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
関節痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
呼吸困難	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
吐き気・嘔吐	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
下痢	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
味覚障害	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
嗅覚障害	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
上記以外の症状							