

# 健康チェックシート

⑧ 氏名( )



☆の症状が一つでもある場合、風邪症状などが4日以上続く場合はかかりつけ医か近くの受診・相談センターに相談してください。(QRコード: 三重県受診・相談センター)  
 症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。

日付	行動メモ 外出先など マスク無しで咳をして いる人が近くにいたな ど記録する 「換気が悪く人が密に 集まって過ごす空間に は行かない」	体温 (☆37.5℃ 以上)	体温 (☆37.5℃ 以上)	☆強いだるさ おきているの がつらい (倦怠感)	☆息が苦し い 少し動くと息 があがる (呼吸困難)	ひどい咳(せき) 鼻水(はなみず) 吐き気・おう吐・下痢 味・においがわかりにくい などいつもと違う症状 ↓具体的に記入・メモ (4日以上続く場合は要相談)
		朝 am	夜 pm			
11/1(月)		℃	℃			
11/2(火)		℃	℃			
11/3(水)		℃	℃			
11/4(木)		℃	℃			
11/5(金)		℃	℃			
11/6(土)		℃	℃			
11/7(日)		℃	℃			
11/8(月)		℃	℃			
11/9(火)		℃	℃			
11/10(水)		℃	℃			
11/11(木)		℃	℃			
11/12(金)		℃	℃			
11/13(土)		℃	℃			
11/14(日)		℃	℃			
11/15(月)		℃	℃			
11/16(火)		℃	℃			
11/17(水)		℃	℃			
11/18(木)		℃	℃			
11/19(金)		℃	℃			
11/20(土)		℃	℃			
11/21(日)		℃	℃			
11/22(月)		℃	℃			
11/23(火)		℃	℃			
11/24(水)		℃	℃			
11/25(木)		℃	℃			
11/26(金)		℃	℃			
11/27(土)		℃	℃			
11/28(日)		℃	℃			
11/29(月)		℃	℃			
11/30(火)		℃	℃			

新型コロナウイルス感染症に罹患した(かかった)場合、濃厚接触者となった場合は、教学課(059-365-6599)へ連絡してください。