

# 健康状態 自己管理表

名前 ( )

日付	体温	呼吸器症状	呼吸器以外の症状	確認欄
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
/	朝 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	
	夕 ( )°C	異常なし・鼻水・鼻閉・咽頭痛 咳・息苦しさ・その他( )	異常なし・下痢・吐き気・嘔吐・頭痛 寒気・倦怠感・その他( )	