

健康観察表（自宅用）

- ①朝・夕の体温測定をしましょう。それぞれの症状があれば○をつけましょう。
- ②発熱・倦怠感・風邪などの症状があるときは無理せず自宅で休養しましょう。
- ③新型コロナウイルス感染症についての相談窓口

兵庫県24時間対応コールセンター078（362）9980

体温測定方法



日時	曜日	朝 体温	夜 体温	咳	だるさ	鼻水	のどの痛み	家族：体調不良者あり	その他の症状
8/1	日	. °C	. °C						
8/2	月	. °C	. °C						
8/3	火	. °C	. °C						
8/4	水	. °C	. °C						
8/5	木	. °C	. °C						
8/6	金	. °C	. °C						
8/7	土	. °C	. °C						
8/8	日	. °C	. °C						
8/9	月	. °C	. °C						
8/10	火	. °C	. °C						
8/11	水	. °C	. °C						
8/12	木	. °C	. °C						
8/13	金	. °C	. °C						
8/14	土	. °C	. °C						
8/15	日	. °C	. °C						
8/16	月	. °C	. °C						
8/17	火	. °C	. °C						
8/18	水	. °C	. °C						
8/19	木	. °C	. °C						
8/20	金	. °C	. °C						
8/21	土	. °C	. °C						
8/22	日	. °C	. °C						
8/23	月	. °C	. °C						
8/24	火	. °C	. °C						
8/25	水	. °C	. °C						
8/26	木	. °C	. °C						
8/27	金	. °C	. °C						
8/28	土	. °C	. °C						
8/29	日	. °C	. °C						
8/30	月	. °C	. °C						
8/31	火	. °C	. °C						