

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
10/1	金	. °C	. °C						
10/2	土	. °C	. °C						
10/3	日	. °C	. °C						
10/4	月	. °C	. °C						
10/5	火	. °C	. °C						
10/6	水	. °C	. °C						
10/7	木	. °C	. °C						
10/8	金	. °C	. °C						
10/9	土	. °C	. °C						
10/10	日	. °C	. °C						
10/11	月	. °C	. °C						
10/12	火	. °C	. °C						
10/13	水	. °C	. °C						
10/14	木	. °C	. °C						
10/15	金	. °C	. °C						
10/16	土	. °C	. °C						
10/17	日	. °C	. °C						
10/18	月	. °C	. °C						
10/19	火	. °C	. °C						
10/20	水	. °C	. °C						
10/21	木	. °C	. °C						
10/22	金	. °C	. °C						
10/23	土	. °C	. °C						
10/24	日	. °C	. °C						
10/25	月	. °C	. °C						
10/26	火	. °C	. °C						
10/27	水	. °C	. °C						
10/28	木	. °C	. °C						
10/29	金	. °C	. °C						
10/30	土	. °C	. °C						
10/31	日	. °C	. °C						