

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