健康チェックカード

月	所属クラブ		氏名	

＜留意事項＞

◆　高熱（目安37.5度前後よりも高い）がある場合、強いだるさや息苦しさを感じる場合、味やにおいを感じない場合、かぜの症状や微熱（普段より高い熱）が続いている場合（断続的に症状がある、解熱剤を飲んでいる場合を含む）は、医療機関等に相談する。

◆　特に、本人及び家族等に、概ね２週間以内に感染者の多い地域への移動履歴がある場合や、感染リスクが特に高いとされる場所を訪問したことがある場合は、より注意して自分の体調を観察する。

日	曜	該当症状（↓該当症状が一つでもある場合は自宅で休養してください）								
		体温		咳	のどの痛みや くしゃみ等の 風邪症状 （その他の風邪症状）	味やにおいを感じない	強いだるさ	息苦しさ	○その他の症状 （鼻水・鼻づまり、頭痛、下痢、吐き気や腹痛、関節痛・筋肉痛、目の充血等）	確認
		検温結果	微熱 （普段よりも高い熱） 又は 高熱 （目安37.5度前後よりも高い）							
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	

日	曜	該当症状（↓該当症状が一つでもある場合は自宅で休養してください）								
		体温		咳	のどの痛みや くしゃみ等の 風邪症状 （その他の風邪症状）	味やにおいを感じない	強いだるさ	息苦しさ	○その他の症状 （鼻水・鼻づまり、頭痛、下痢、吐き気や腹痛、関節痛・筋肉痛、目の充血等）	確認
		検温結果	微熱 （普段よりも高い熱） 又は 高熱 （目安37.5度前後よりも高い）							
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
		℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	