

# 健康管理セルフチェック表

氏名

		体験日 14日前	体験日 13日前	体験日 12日前	体験日 11日前	体験日 10日前	体験日 9日前	体験日 8日前	体験日 7日前	体験日 6日前	体験日 5日前	体験日 4日前	体験日 3日前	体験日 2日前	体験日 前日	体験日 当日
月 日		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
曜 日																
体温	起床時	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
体調	1 倦怠感															
	2 咳															
	3 のどの痛み															
	4 たん															
	5 (アレルギー/花粉症を除く) 鼻水・鼻づまり															
	6 息苦しさ															
	7 同居者に 上記の症状がある															

※該当する場合は「○」をつけてください。

(裏面あり)

# 健康管理セルフチェック表

		体験 2日目	体験 3日目													
月 日		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
曜 日																
体温	起床時	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
体調	1	倦怠感														
	2	咳														
	3	のどの痛み														
	4	たん														
	5	(アレルギー/花粉症を除く) 鼻水・鼻づまり														
	6	息苦しさ														
	7	同居者に 上記の症状がある														

※該当する場合は「○」をつけてください。