**健康管理チェック表**　　　※常時携帯すること



**月**

学籍番号　　　　　　　　　　　氏名

* 毎朝（休日含む）自宅で、健康管理チェック表を用いて、自己の体調をチェックし、記録する。
* 体温は数字を記入し、症状の欄には、有もしくは無を記入する。有の場合は症状を記載する。
* 症状（倦怠感、咳、痰、咽頭痛、鼻汁、味覚・嗅覚異常、咳き止めや解熱剤使用等）がある場合は記載すること。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日（曜日）** | **時間・体温・症状** | **時間・体温** | **時間・体温** | **行動記録 （その日に居た場所を記載する）** |
| 1日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 2日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 3日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 4日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　 　 　 　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 5日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　 　℃ |  |
| 6日（　　） | :　　　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 7日（　　） | :　　　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 8日（　　） | :　　　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 9日（　　） | :　　　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 10日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　 　℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 11日（　　） | : 　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 12日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 13日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 14日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 15日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 16日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 17日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 18日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 19日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　 　　　　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 20日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 21日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 22日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 23日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 24日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 25日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 26日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 27日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 28日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　　 ℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 29日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　　　 　℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 30日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ：　　 　　　℃ | ：　　　　　 ℃ |  |
| 31日（　　） | : 　　　　　℃ 無・有（　　　　　　　　　　 　） | ： 　　　　　℃ | ：　　　　　 ℃ |  |

* 欠席する場合は、教務課（0749-43-7510）に連絡をすること。