健康状態自己チェックシート

式典当日、受付へご提出ください。

氏名

◆　以下の症状がある場合は、式典参加を控えてください

【症状】発熱（37.5℃以上）又は平熱と比べて高い微熱（37.5℃未満）、呼吸器症状（咳、のどの痛み）、息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、味覚・嗅覚障害（味やにおいを感じない）、頭痛・鼻水・鼻づまり・くしゃみ等（普段そのような症状がない場合）

＜留意事項＞

◆　成人式当日までの2週間、健康観察を行い記録すること。

◆　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こと

◆　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こと

月	日	該当症状							
		体温		呼吸器症状（咳、のどの痛み）	息苦しさ（呼吸困難）	強いだるさ（倦怠感）	味覚・嗅覚障害（味やにおいを感じない）	頭痛、鼻水、鼻づまり、くしゃみ等（普段そのような症状がない場合）	その他（日中や夜間の発熱、普段とは異なる体調の変化等）
		検温結果	発熱（37.5℃以上）又は平熱と比べて高い微熱（37.5℃未満）						
4	18	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	19	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	20	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	21	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	22	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	23	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	24	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	25	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	26	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	27	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	28	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	29	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
4	30	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
5	1	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	
5	2	℃	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	