

健康チェック表

毎日の健康観察にご活用ください。

それぞれの症状について、ある場合は○、ない場合は／をつけてください。（※その他の場合は、症状を記入）

月 日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
曜 日														
起床時体温														
平熱 °C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
体 調	発熱（37.5°C以上）													
	強いだるさ													
	息苦しさ（呼吸困難）													
	せき													
	のどの痛み													
	鼻水・鼻づまり													
	吐き気・嘔吐													
	下痢													
	その他													

※37.5度以上の発熱が4日以上続くなど、症状の改善がみられない場合は、次の一般電話相談窓口☒帰国者・接触者相談センターに相談してください。

<相談窓口>	
○一般電話相談窓口（コールセンター・24時間）	0120-109410（フリーダイヤル）
○帰国者・接触者相談センター	徳島保健所 088-602-8907 吉野川保健所 0883-36-9018
	阿南保健所 0884-28-9874 美波保健所 0884-74-7373
	美馬保健所 0883-52-1016 三好保健所 0883-72-1123