

# 健康観察シート (体温等健康状態記録表)

チーム名 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_

生年月日 西暦 \_\_\_\_\_ 年 月 日

・活動(練習)のない日も含めて毎朝体温を測り、健康観察の結果を記録してください。

・息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状、または、重症化しやすい人(高齢者や基礎疾患がある人)で発熱やせきなどの比較的軽い風邪症状がある場合、あるいは、比較的軽い風邪が続く場合は、「帰国者・接触者相談センター」等に相談して下さい。

・上記の目安に該当せず、自宅療養する場合、チームの指導者等に連絡の上、体調不良の症状発症から数えて2日および症状消失後より数えて3日間は活動を休むことを推奨します。

\*1同居家族や身近な知人で感染が疑われる人

\*2政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされている国、地域等への渡航又は当該居住者との濃厚接触

月/日	曜	① 起床時体温	② 咳・ のどの痛み	③ だるさ・ 息苦しさ	④ 味覚・嗅覚 の異常	⑤ 体が重く感じ る・疲れやすい	⑥ 陽性者との 濃厚接触	⑦ *1同居家族・ 身近な知人	⑧ *2入国制限 ・要観察者	⑨ その他の特記事項
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		
/		℃	有	有	有	有	有	有		