

1週間前用(週末に例会山行がある週)

ひろしま令峰クラブ

新型コロナウイルス

健康観察票

氏名:

		記入例	例会山行 6日前	例会山行 5日前	例会山行 4日前	例会山行 3日前	例会山行 2日前	例会山行 前日	例会山行 当日
日付		* / * (*)	/ (月)	/ (火)	/ (水)	/ (木)	/ (金)	/ (土)	/ (日)
体温測定	朝	36.5度(7:30)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)
	夕	36.8度(19:00)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)	度(:)
呼吸器系症状	咳	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	息苦しさ	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	鼻汁・鼻詰り	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	喉の痛み	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	味覚の違和感	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	嗅覚の違和感	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
その他	頭痛	○無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	下痢	無・○有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	その他	下痢は朝のみ 節々が少しだるい							
行動記録	午前	9:00 出社、自席で メール確認、返信 10:00 会議 11:00 自席でA社 訪問用資料準備							【例会山行】
	午後	12:00 外出(昼食) 13:00 A社訪問(B さん、Cさんと面談) 15:00 自席で議事 録作成、報告 18:00 退社							

(1) 咳や発熱等の風邪の症状、息苦しさ(呼吸困難)や強いだるさ(倦怠感)がある場合は、外出を控えましょう。

(2) 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱など強い症状のいずれかがある場合は、保健所(帰国者・接触者相談センター)に、連絡・相談しましょう。

(3) 潜伏期間は1日から12.5日(多くは5日から6日)とされていますが、症状が出なかった場合でも無症状病原体保持者となっている可能性があります。