森を楽しむ講座2021　　氏名

# 健康管理チェックシート

＊体温は起床時に計測してください
＊症状がある場合は該当の項目に　＋　を記入してください
＊備考欄にはチェック項目にない身体状況など必要に応じ記録してください
＊受講日から遡って14日前から記録をつけてください
＊チェックシートは必要数をコピーしてご利用ください

| 月　日 | 曜日 | 体温 | 味覚・嗅覚障害 | 頭痛 | 腹痛 | 喉・鼻・咳 | 倦怠感 | 息苦しさ 胸部不快 | 備考 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |