

# 自己健康チェック

教職員・学生各位

チェック項目に沿って 体調の自己管理をお願いいたします。

氏名 ( \_\_\_\_\_ ) 年齢 ( \_\_\_\_\_ 歳) 性 (男・女)  
 学生番号 ( \_\_\_\_\_ ) 職員 (勤務部署 \_\_\_\_\_ )  
 連絡先 (電話 \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_ )

	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
朝	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	
夕	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	

	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
朝	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	
夕	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	

	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
朝	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	
夕	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C	体温 ( ) °C
	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )	鼻汁 ( +, - )
	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )	咽頭痛 ( +, - )
	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )	寒気 ( +, - )
	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )	咳 ( +, - )
	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )	息苦しさ ( +, - )
	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )	だるさ ( +, - )
その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	

異常あれば右記へ連絡してください

奈良教育大学保健センター  
 TEL : 0742-27-9138  
 FAX : 0742-27-9280  
 e-mail : hoken@nara-edu.ac.jp