

健康チェックシート

	日にち	記録時刻	体温	だるさ	咳	喉の違和感 や痛み	鼻水 鼻づまり	吐気	息苦しさ	頭痛	嗅覚	味覚	下痢	その他	ひとこと日記 何をしたか、どこに行ったか、誰と会ったか、体調、服用など	
																朝
1	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
2	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
3	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
4	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
5	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
6	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
7	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
8	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
9	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
10	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
11	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
12	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
13	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												
14	/ ()	朝	: 朝	°C												
		夜	: 夜	°C												