初期症状　チェック表

名前

- 鼻水や咳、発熱、軽い喉の痛み、筋肉痛や体のだるさ（倦怠感けんたいかん）など、風邪のような症状
- 37.5℃程度の発熱と強い体のだるさ
- 「においが分からない」「味が分からない」など、嗅覚・味覚障害
- 人によっては鼻詰まりや鼻水、頭痛、痰や血痰けったん、下痢など。

チェック		体温		鼻水	咳	喉の痛み	筋肉痛	体だるい	におい	味	その他
日目	月日	朝	夕								
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											