

いつもの体温 °C

月	日	曜日	体温		咳などの かぜの症状	全身の だるさ	息苦しさ	その他の症状	家族の症状		月	日	曜日	体温		咳などの かぜの症状	全身の だるさ	息苦しさ	その他の症状	家族の症状	
			朝	夜					有無	ある場合 続柄・症状				朝	夜					有無	ある場合 続柄・症状
例	6	29	月	36.5	36.4	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	7	6	土	35.4	35.8	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	父:咳
			月			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			月			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			火			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			火			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			水			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			水			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			木			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			木			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			金			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			金			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			土			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			土			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	
			日			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし			日			あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし 症状:	あり・なし	

病院へ行くときは、この記録を持って行ってください。