自宅で安静にしている方へ

新型コロナウイルス感染症の治療は、せきや発熱等の症状を踏まえて行います。
特に体温は大切ですので、きちんと記録してください。

◆不要な外出はせず、安静を保ちましょう。
◆手洗いや咳エチケット、マスクの利用で感染予防を行いましょう。
◆1日3回（朝・昼・夕）体温を測り、記録をしましょう。
◆4日をめどに熱が下がらな場合は、医療機関にまずは電話で相談しましょう。
（＊65歳以上の方、糖尿病や心臓病などの基礎疾患がある方、妊婦の方は2日をめどに相談を）
◆強いだるさや息苦しさを感じたら、直ちに医療機関に相談してください。

ふりがな 氏 名：	生年月日：　　年　月　日（　）	男 ・ 女

日にち	時間	体温（度）	その他の症状など
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	
／ （ ）		朝	
		昼	
		夕	