コロナから身を守ろう～毎日の健康状態をチェック～

① 毎朝検温を行い、体調やその日の行動などを記録しよう。（サンプルは下記参照）

↓

② 日々健康チェックをしよう。家族を含めて１つでも✔が付いたら要注意。下記に連絡しよう。

□	37.5°C以上の熱が出た。
□	風邪の症状や、頭痛がする。
□	強いだるさ（倦怠感）がある。
□	咳が出る。
□	息苦しさ（呼吸困難）がある。
□	匂いや味がしない。

↓

１つでも✔があったら、下記にすぐ連絡しよう。

富山短期大学　学生支援課

電　話　０７６－４３６－５４５７（直通）　８：３０～１７：１５

メール　gakusei@toyama-c.ac.jp

＜体調等管理表（１週間用）＞

月	日	曜日	体温（℃）	検温時間	１日の体調記録メモ	１日の行動記録メモ	家族の体調メモ
					変わった点・自覚症状等	会った人・行った場所等	