

【体調管理ガイド】

風邪症状がある、体調不良を感じる

I have cold symptoms. I don't feel well

37.5℃以上の発熱がありますか？

Do you have a fever of 37.5℃ or above?

はい/YES

いいえ/NO

新型コロナウイルス感染者との
接触の可能性は？

Have you possibly had contact with a COVID-19 patient?

接触あり YES

14日以内の渡航歴 Been overseas within 14 days

はい/YES

いいえ/NO

次の症状はありますか？

Do you have any of these symptoms?

強いだるさ Strong lethargy

激しい咳・呼吸困難

Bad cough/trouble breathing

いいえ
NO

はい/YES

自宅で様子を見る

Stay at home and see
how things go

発熱、咳、呼吸困難、だるさなど
Fever, cough, trouble breathing, lethargy etc.

■ 4日以上症状が続く場合
Persist for 4 days or more

■ 基礎疾患*がある、高齢者、
妊婦の場合は、

In case of underlying disease*,
elderly, or pregnant,

2日以上症状が続く場合
persist for 2 days or more

*基礎疾患: 高血圧、糖尿病、心臓疾患、
腎臓疾患、慢性呼吸器疾患、肝疾患、
悪性腫瘍など

*Underlying diseases/conditions: high blood
pressure, diabetes, heart disease, kidney
disease, chronic respiratory disease, liver
disease, malignant tumor etc.

帰国者・接触者相談センターに連絡 → 各地の連絡先

Contact [Japan Visitor Hotline \(Japan National Tourism Organization\)](#)

※急を要する場合は救急車要請

In urgent cases, call an ambulance

体調管理シート Health Condition Checksheet

学籍番号

Student Number

氏名

Name

| | 日付 Date | 体温 Temperature | 症状 Symptoms |
|---|------------|-------------------|----------------|
| 1 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 2 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 3 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 4 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 5 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 6 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |
| 7 | / | 朝 AM | |
| | | 夕 PM | |

(2020年3月作成
March 2020)