

# 健康観察セルフチェック表

- ◆ 陽性者との最終接触日の翌日から、5日間がご自宅等での待機期間になります。また、7日間を経過するまでは、健康観察へのご協力をお願いします。最終接触日は、事業所・学校・保健所にご確認ください。

日にち		体温(°C)	症状(異常有の場合は✓)				
			咳	咽頭痛	息苦しい	鼻汁・鼻閉	その他
最終接触日	月 日						
1日目							
2日目							
3日目							
4日目							
5日目							
6日目							
7日目							

※ 自宅待機解除にあたって、保健所からの連絡はありません。

## 【留意点】

- 健康観察中は、ご自身での健康観察（セルフチェック）をお願いします。
- 発熱や咳など、風邪症状が出た場合は、診療・検査医療機関等を受診してください。  
※ 受診前に、「濃厚接触者であること」を電話でお伝えください。
- 受診先にお悩みの場合は、受診・相談センター（#7700）へご連絡ください。
- 国の方針により、濃厚接触者の待機期間や対応など、今後、変更が生じることも予測されます。  
対応に変更があった場合は、速やかに県のホームページ等でご案内をしますので、ご確認をお願いします。