< Health Check List >

Name (　　)　　Faculty/Department (　　)

Student/Employee ID Number (　　)

Country you stayed in before coming to Japan　　Period of stay in that country

Contact your faculty/department when your body temperature is over 37.0℃/98.6℉, or when you circle "Yes" for any of symptoms below.

Check your body temperature everyday and circle your symptoms.

※ When you are well: Once a day (Morning)　　When you are not feeling well: Twice a day (Morning and Evening)

	Date (Day of the week) eg. 08/24 (Mon)	Date of entry	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7
		/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )
Morning	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
Evening	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No

		Day 8	Day 9	Day 10	Day 11	Day 12	Day 13	Day 14
		/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )
Morning	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
Evening	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No

Contact your faculty/department when your body temperature is over 37.0℃/98.6℉, or when you circle "Yes" for any of symptoms below.

Check your body temperature everyday and circle your symptoms.

※ When you are well: Once a day (Morning) When you are not feeling well: Twice a day (Morning and Evening)

		Day 15	Day 16	Day 17	Day 18	Day 19	Day 20	Day 21
		/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )
Morning	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
Evening	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No

		Day 22	Day 23	Day 24	Day 25	Day 26	Day 27	Day 28
		/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )	/ ( )
Morning	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
Evening	Body temperature	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉	℃/℉
	Cough	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sputum	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Shortness of breath	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Sore throat	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Runny nose	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Headache	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Muscle pain	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Diarrhea/Nausea	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysgeusia (distorted sense of taste)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No
	Dysosmia (distorted sense of smell)	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No	Yes ・ No