

# 外國人抵台自主健康聲明

## หนังสือยืนยันรับรองสุขภาพหลังจากเข้ามาได้วัน

部門แผนก		重出入境/抵台	
單位ตำแหน่ง		日期	
工號		姓名	

### 自述旅遊史暨身體狀況

1. 本人是否有以下症狀：

發燒เป็นไข้สูง 咳嗽ไอ 鼻塞คัดจมูก、流鼻水น้ำมูกไหล 喉嚨痛เจ็บคอ

2. 出國旅遊史ประวัติการออกประเทศ 本人前往：เดินทางไปประเทศ

大陸จีน 香港ฮ่องกง 澳門มาเก๊า 新加坡สิงคโปร์ 日本ญี่ปุ่น 韓國เกาหลี  
泰國 菲律賓ฟิลิปปินส์ 印尼อินโดนีเซีย 越南เวียดนาม  (其他地區ประเทศอื่นๆ)

### 自主聲明內容

本人近期抵達台灣，為預防武漢肺炎（COVID-19）疫情降低可能傳播風險，保障個人自己、親友及周遭人士的健康，本人聲明於抵台14日內確實做好自主健康管理措施：

(COVID-19)

14

一、維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔。另應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手及徹底洗淨。

二、於自主健康管理期間，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及活動史。

三、如沒有出現任何症狀可正常生活，但應儘量避免出入公共場所，外出時請一定嚴格遵守全程佩戴口罩。

四、如出現發燒、呼吸道症狀或有身體不適，請確實佩戴口罩，儘速就醫。就醫時，並應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、工作環境、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。

五、生病期間應於宿舍休養，並佩戴口罩、避免外出。當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。

六、生病期間，與他人交談時，除戴上外科口罩外，儘可能保持 1 公尺以上距離。

1

請詳細閱讀後簽署聲明

聲明人		聲明日期	
-----	--	------	--

--	--	--	--

### 體溫及行程記錄表

填表人 \_\_\_\_\_ :

紀錄期間 \_\_\_\_\_ :

體溫單位℃

從 \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日 ~ \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日 \_\_\_\_\_ :  
 °C

天數	日期	早上08:00	下午13:00	健康狀況	活動記錄或其他症狀
1		度 (°C)	度 (°C)		
2		度 (°C)	度 (°C)		
3		度 (°C)	度 (°C)		
4		度 (°C)	度 (°C)		
5		度 (°C)	度 (°C)		
6		度 (°C)	度 (°C)		
7		度 (°C)	度 (°C)		
8		度 (°C)	度 (°C)		
9		度 (°C)	度 (°C)		
10		度 (°C)	度 (°C)		
11		度 (°C)	度 (°C)		
12		度 (°C)	度 (°C)		
13		度 (°C)	度 (°C)		
14		度 (°C)	度 (°C)		

備註：請指定專人，每日上、下午各測量乙次，並完成紀錄留存備查。

: