

健康観察カード

年 組 名前

保護者名

印

★感染症にかからないように毎日記入して、自分の健康を守りましょう★

	体温	体調（該当症状に○をつけてください）
3/17(火)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/18(水)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/19(木)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/20(金)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/21(土)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/22(日)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/23(月)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/24(火)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/25(水)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/26(木)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/27(金)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/28(土)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）
3/29(日)	℃	異常なし・発熱・倦怠感（だるさ）・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他（ ）

裏面へ

3/30(月)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
3/31(火)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 1(水)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 2(木)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 3(金)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 4(土)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 5(日)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 6(月)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()
4/ 7(火)	℃	異常なし・発熱・倦怠感(だるさ)・せき・息ぐるしさ・たん・ のどの痛み・腹痛・下痢・おう吐・その他()

★★健康管理について★★☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

- ・4日以上発熱等、気になる症状が続く、新型コロナウイルスを心配する場合は埼玉県
新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター(0570-783-770)、帰国者・接触者
相談窓口(048-541-0249)へご相談ください。また、学校にもご連絡ください。
- ・新年度まで毎日健康観察をお願いいたします。4/8は欄外にご記入ください。
- ・1～3年生で学校に来るときは、この健康観察カードを持参してください。



★生活リズムをくずさないように時間を決めて生活しましょう。

(早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち・歯みがき)

★排便(うんち)の習慣をつけましょう。便がたまっていると、腹痛や吐き気を
起こします。便は健康のパロメーター、恥ずかしいことはありません。この機会
に朝うんちの習慣をつけましょう。

★咳エチケットを守りましょう。咳が出る時はできるだけマスクを着用し、咳が
出たときはティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆いましょう。