

このカードは、各自で保管してください。必要に応じて提出していただく場合があります。

健康観察カード

年 組 番 名 前

【健康観察カードの記入について】

- ① このカードは、自分の健康観察の結果を記録するカードです。
- ② 登校前に自宅で検温と体調チェックを実施してください。登校しない日でも、毎日、健康観察を実施してください。

【感染症対策について】

- ① 発熱がある時や、発熱がなくても風邪の症状がみられる場合は、登校せず自宅で休養してください。（学校に連絡）
- ② 咳エチケットや手洗い等の感染症対策を実施してください。

特に、活動の前後、食事前、外出時や帰宅時などはこまめに石けん等で手を洗いましょう。

- ③ 免疫力を低下させないように努めましょう。しっかりと睡眠をとり、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけましょう。

| 月日       | 時間 | 体温   | 症状（発熱以外）                              |
|----------|----|------|---------------------------------------|
| 7月 21日 火 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 22日 水 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 23日 木 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 24日 金 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 25日 土 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 26日 日 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 27日 月 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 28日 火 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 29日 水 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 30日 木 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 7月 31日 金 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 1日 土  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 2日 日  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 3日 月  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 4日 火  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 5日 水  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 6日 木  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 7日 金  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 8日 土  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 9日 日  | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 10日 月 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 11日 火 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 12日 水 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 13日 木 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 14日 金 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 15日 土 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 16日 日 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 17日 月 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 18日 火 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 19日 水 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 20日 木 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 21日 金 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 22日 土 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 23日 日 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 24日 月 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |
| 8月 25日 火 | :  | . °C | 症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ） |

