

はるやす ちゅう けんこう 春休み中の健康チェック

ねん 年 くみ 組 なまえ 名前

このチェック表は、家で、自分の体のようすを確認するための表です。

① ① たいおん 体温をはかりましょう

ねつ たか ひ ぐあい わる ひ つづ
熱が高い日や具合の悪い日が続いたときは

② ② からだ ちょうし かくにん
体の調子を確認しましょう

かぞく そうだん
家族と相談しましょう。

いえ からだ やす
家でしっかり体を休めましょう。

月が がつ	日ひ	曜 日び	たいおん 体温		かぜ しょうじょう 風邪の症状	つよ 強いだるさ	いきぐる 息苦しさ	その他の症状	メモ
			あさ 朝	よる 夜					
れい 例	3	25	水	36.5	36.4	○		はなみず	病院へ行った
1	3	25	水						
2	3	26	木						
3	3	27	金						
4	3	28	土						
5	3	29	日						
6	3	30	月						
7	3	31	火						
8	4	1	水						
9	4	2	木						
10	4	3	金						
11	4	4	土						
12	4	5	日						
13	4	6	月						
14	4	7	火						
15	4	8	水						

びょういん いく とき には、この ぎろく を 持つ て 行っ て くだ さい。

保護者の方へ

- ・症状があるときは、医療機関を受診してください。
- ・濃厚接触者であることが分かっている場合は、医療機関を受診する前に保健所に連絡してください。
(保健所の帰国者・接触者相談センター:「#7119」または「011-272-7119」)

★お子さんや家族が新型コロナウイルス感染症にかかっていることがわかった場合は、学校に連絡してください。