

健康チェックシート

年 組 名前()

毎日、自分の身体の様子をおうちの方といっしょに確認して、健康で元気に過ごせるようにしましょう。体調がすぐれないときや身体に異常を感じる時は、早めに病院へ行きましょう。

保護者の方へ

健康観察へのご理解・ご協力、よろしくお願いいたします。

37.5℃以上の発熱、風邪の症状(咳や喉の痛み)や強いだるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)がある場合は、医療機関等を早めに受診してください。

○毎朝・毎晩、体温を測りましょう。身体の様子は、おうちの方といっしょに確認しましょう。

※「せきやのどの痛み」、「強いだるさ」、「息苦しさ」の項目には○をつけてください。

平熱 . °C

ひづけ 日付	あさ 朝の体温	せきやのどの 痛み	つよ 強いだるさ	いきぐる 息苦しさ	よる 夜の体温
5/1(金)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/2(土)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/3(日)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/4(月)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/5(火)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/6(水)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/7(木)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/8(金)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/9(土)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/10(日)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/11(月)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C

ひづけ 日付	あさ たいおん 朝の体温	せきやのどの いた 痛み	つよ 強いだるさ	いきぐる 息苦しさ	よる たいおん 夜の体温
5/12(火)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/13(水)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/14(木)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/15(金)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/16(土)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/17(日)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/18(月)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/19(火)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/20(水)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/21(木)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/22(金)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/23(土)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/24(日)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/25(月)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/26(火)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/27(水)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/28(木)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/29(金)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/30(土)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C
5/31(日)	. °C	ある・ない	ある・ない	ある・ない	. °C