

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。身体の様子を、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 |