

## 健康チェックカード

年 組No      氏名
---------------

\*感染拡大防止のため、各自で毎日健康チェックを行い、早期発見につなげましょう。

\*発熱や風邪症状がある場合、及び体調の悪いときは、自宅で休養し外出を控えましょう。（出席停止）

体調について		日付														
		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
①	発熱（37.5度以上）															
②	咳が出る															
③	のどが痛い															
④	鼻水が出る（花粉症を含まない）															
⑤	痰がからむ・出る															
⑥	経験のないだるさがある															
⑦	経験のない息苦しさがある															
⑧	家族が熱やだるさで具合が悪い															
⑨	朝の体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
⑩	昼の体温（風邪症状がある場合）	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
⑪	夜の体温（風邪症状がある場合）	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

\*4日程で回復傾向になれば、通常の風邪と思われますが、ご心配の場合は、かかりつけ医にご相談ください。

カード提出日： /
-----------