

月 健康観察カード

年 組 番：名前

日付	曜日	時間	体温	症状（発熱以外）		備考
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
日		:	℃	症状なし	咳・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	

毎朝、自宅にて健康観察を実施し、結果を記録してください。

【感染症対策について】

- 発熱や風邪の症状がみられる場合は、**登校せずに自宅で休養**してください。
- 咳エチケットや手洗い等の感染症対策を行ってください。
特に、活動の前後、食事前、トイレの後、外出時や帰宅時などにこまめに石けん等で手を洗いましょう。
- 免疫力を低下させないように、しっかり睡眠をとり、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけましょう。

【感染が疑われる場合や感染した場合について】

- かかりつけ医または居住地の「新型コロナ受診相談センター」にご相談ください。
- 新型コロナウイルスと診断された場合は、市岡高校（06-6582-0330）へも連絡をお願いします。