

6月 健康観察カード

年 組：名前

月日	時間	体温	症状（発熱以外）		☑
6月1日	月	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月2日	火	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月3日	日	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月4日	月	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月5日	火	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月6日	水	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月7日	木	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月8日	金	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月9日	土	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月10日	日	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月11日	月	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月12日	火	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月13日	水	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月14日	木	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月15日	金	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月16日	土	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月17日	日	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月18日	月	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月19日	火	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月20日	水	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月21日	木	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月22日	金	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月23日	土	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月24日	日	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月25日	月	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月26日	火	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月27日	水	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月28日	木	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月29日	金	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	
6月30日	土	：	℃	症状なし せき・のどの痛み・鼻水・鼻づまり・息苦しい・体がだるい・他（ ）	

【健康観察カードの使い方】

- このカードは、自分の健康観察の結果を記録するカードです。登校前に自宅にて健康観察を実施してください。
- 登校しない日でも、毎日、健康観察を実施してください。

【感染症対策について】

- 発熱がある時や、発熱がなくても風邪の症状がみられる場合は、登校せず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実施してください。
特に、活動の前後、食事前、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努めましょう。無理せず、しっかりと睡眠をとり、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけましょう。