

健康観察の記録表

年 なまえ

新型コロナウイルスの流行が心配されるため、お子様の健康観察と記録をお願いします。
1日2回、検温を行い、健康状態を下の表に記入してください。

月 日	曜日	体 温 °C		食 事			体 の よ う す				備 考
		朝	夜	食べた ○ 少し食べた △ 食べない ×			朝のようすを記入 ある ○				
				朝	昼	夜	せき	頭痛	のど	その他	
例		36.7	36.3	△	○	○	○			鼻水	薬飲んだ
5月8日	金										
5月9日	土										
5月10日	日										
5月11日	月										
5月12日	火										
5月13日	水										
5月14日	木										
5月15日	金										
5月16日	土										
5月17日	日										
5月18日	月										
5月19日	火										

◇免疫力アップのために！

○栄養 ○運動 ○睡眠



笑うことも免疫力がアップするよ！

月 日	曜日	体 温 °C		食 事			体 の よ う す				備 考
		朝	夜	食べた ○ 少し食べた △ 食べない ×			朝のようすを記入 ある ○				
				朝	昼	夜	せき	頭痛	のど	その他	
例		36.7	36.3	△	○	○	○			鼻水	薬飲んだ
5月20日	水										
5月21日	木										
5月22日	金										
5月23日	土										
5月24日	日										
5月25日	月										
5月26日	火										
5月27日	水										
5月28日	木										
5月29日	金										
5月30日	土										
5月31日	日										

No! 3密

- × 換気の悪い
密閉空間
- × 多数が集まる
密集場所
- × 近所で会話や発声をする
密接場面

3つの条件が揃う場所が
集団発生の
可能性が
高い!!

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など
人が集まるところでやろう



- マスクを着用する (口・鼻を覆う)
- ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- 袖で口・鼻を覆う



- 何もせずに咳やくしゃみをする
- 咳やくしゃみを手でおさえる

正しいマスクの着用



- 1 鼻と口の両方を確実に覆う
- 2 ゴムひもを耳にかける
- 3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索



- 時々、窓を開けて換気をしよう!
- 人混みには行かないように!
- 人と人との距離を2m離そう!
- 会話をする時は、マスクをしよう!

