

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。

同居する家族に体調が悪い人がいる場合は、特記事項の欄に記入をお願いします。

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
6月1日	火										
6月2日	水										
6月3日	木										
6月4日	金										
6月5日	土										
6月6日	日										
6月7日	月										
6月8日	火										
6月9日	水										
6月10日	木										
6月11日	金										
6月12日	土										
6月13日	日										
6月14日	月										
6月15日	火										



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
6月16日	水										
6月17日	木										
6月18日	金										
6月19日	土										
6月20日	日										
6月21日	月										
6月22日	火										
6月23日	水										
6月24日	木										
6月25日	金										
6月26日	土										
6月27日	日										
6月28日	月										
6月29日	火										
6月30日	水										

- 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！

◇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！

