

# 健康観察の記録表

|   |     |
|---|-----|
| 年 | なまえ |
|---|-----|

新型コロナウイルス感染症予防のため、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        |    |    |     | 特記事項<br>(家族の<br>体調等) |
|--------|----|-------------|------|----------------------------|---|---|------------------|----|----|-----|----------------------|
|        |    | 平熱<br>( °C) |      | 食べた ○<br>少し食べた △<br>食べない × |   |   | 朝のようすを記入<br>ある ○ |    |    |     |                      |
|        |    | 朝           | 夜    | 朝                          | 昼 | 夜 | せき               | 頭痛 | のど | その他 |                      |
| 例      |    | 36.2        | 36.3 | △                          | ○ | ○ | ○                |    |    | 鼻水  | 弟が発熱                 |
| 10月1日  | 金  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月2日  | 土  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月3日  | 日  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月4日  | 月  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月5日  | 火  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月6日  | 水  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月7日  | 木  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月8日  | 金  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月9日  | 土  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月10日 | 日  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月11日 | 月  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月12日 | 火  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月13日 | 水  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月14日 | 木  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月15日 | 金  |             |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |



| 月 日    | 曜日 | 体 温 °C |      | 食 事                        |   |   | 体 の よ う す        |    |    |     | 特記事項<br>(家族の<br>体調等) |
|--------|----|--------|------|----------------------------|---|---|------------------|----|----|-----|----------------------|
|        |    | 朝      | 夜    | 食べた ○<br>少し食べた △<br>食べない × |   |   | 朝のようすを記入<br>ある ○ |    |    |     |                      |
|        |    |        |      | 朝                          | 昼 | 夜 | せき               | 頭痛 | のど | その他 |                      |
| 例      |    | 36.7   | 36.3 | △                          | ○ | ○ | ○                |    |    | 鼻水  | 弟が発熱                 |
| 10月16日 | 土  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月17日 | 日  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月18日 | 月  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月19日 | 火  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月20日 | 水  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月21日 | 木  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月22日 | 金  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月23日 | 土  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月24日 | 日  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月25日 | 月  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月26日 | 火  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月27日 | 水  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月28日 | 木  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月29日 | 金  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月30日 | 土  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |
| 10月31日 | 日  |        |      |                            |   |   |                  |    |    |     |                      |

- 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！

