

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 (家族の 体調等)
		平熱 (°C)		食べた ○ 少し食べた △ 食べない ×			朝のようすを記入 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
1月1日	土										
1月2日	日										
1月3日	月										
1月4日	火										
1月5日	水										
1月6日	木										
1月7日	金										
1月8日	土										
1月9日	日										
1月10日	月										
1月11日	火										
1月12日	水										
1月13日	木										
1月14日	金										
1月15日	土										



月 日	曜日	体 温 °C		食 事			体 の よ う す				特記事項 (家族の 体調等)
		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	弟が発熱
1月16日	日										
1月17日	月										
1月18日	火										
1月19日	水										
1月20日	木										
1月21日	金										
1月22日	土										
1月23日	日										
1月24日	月										
1月25日	火										
1月26日	水										
1月27日	木										
1月28日	金										
1月29日	土										
1月30日	日										
1月31日	月										

- 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！