

年 科 番 氏名

あさ お なに  
朝、起きたら何をする？

①検温 → ②かぜ症状の確認 → ③抵抗力を高める生活

とうこうび ばあい  
登校日の場合、

はつねつとう  
★発熱等のかぜのような → あさ がっこう れんらく  
朝、学校へ連絡します。 → むり  
無理をせず、  
しょうじょう ばあい  
症状がある場合 (☎0193-62-1430) じたく きゅうよう  
自宅で休養します。

	とうこうまえ けんこうかんさつ 登校前の健康観察！			ていこうりよく たか せいかつ 抵抗力を高める生活チェック！							
	たいおん 体温	かぜ しょうじょう 症状	ぐたいてき しょうじょう 具体的な 症状	ね ねた じかん 時間	お おきた じかん 時間	すいみん じかん 睡眠 時間	ちようしょく 朝食		まくだい 昨日の夕食		
							○ た 食べた × た 食べない	しよくよく 食欲	○ た 食べた × た 食べない	しよくよく 食欲	
きにゆうれい 記入例①	36. 6°C	なし		22:00	7:00	9	○	あり	○	あり	
きにゆうれい 記入例②	37. 5°C	あり	せき、はな水	1:00	7:00	6	×	なし	○	なし	
4/20	. °C			:	:						
4/21	. °C			:	:						
4/22	. °C			:	:						
4/23	. °C			:	:						
4/24	. °C			:	:						
4/25	. °C			:	:						
4/26	. °C			:	:						
4/27	. °C			:	:						
4/28	. °C			:	:						
4/29	. °C			:	:						
4/30	. °C			:	:						
5/1	. °C			:	:						
5/2	. °C			:	:						
5/3	. °C			:	:						
5/4	. °C			:	:						
5/5	. °C			:	:						
5/6	. °C			:	:						
5/7	. °C			:	:						
5/8	. °C			:	:						
5/9	. °C			:	:						
5/10	. °C			:	:						