

# 家庭で行う健康観察のきろく表

草津小学校



がくねん 学年・組	くみ	ばん 番	ごう 号
な 名	まえ 前		

あなたの健康管理のためのチェック表です。

① 朝起きた後（食事前）と夜寝る前に体温を測り、表に記入しましょう。

〔記入〕 36.5

② 食事の様子を記入しましょう。

〔記入〕 全部食べられた ○ 少ししか食べなかった △ 食べなかった ×

③ 体のようすを記入しましょう。

〔記入〕 せきや頭痛がある場合 ○ その他の症状は記入する

④ 医療機関で受診した場合は備考欄に記入しましょう。

つき 月 日	よう び 曜日	① 体温測定		② 食事の様子			③ 体のようす			④ 備 考
		あさ 朝	よる 夜	あさ 朝	昼	よる 夜	せき	ずつう 頭痛	その他	
き に ゆう れい (記入例)		37.5	36.8	○	△	×	○	○	だるい	受診。インフルエンザと診断。
3/9	月									
3/10	火									
3/11	水									
3/12	木									
3/13	金									
3/14	土									
3/15	日									
3/16	月									
3/17	火									
3/18	水									

※学校がお休み中も、毎日健康観察をお願いします。

家族全員が健康にすごせるよう、みんなで気をつけてすごしましょう！

