



# 健康観察カード 瀬田中学校

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番 氏名 \_\_\_\_\_

5月		5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	
曜日		月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
朝	体温		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
	せき		あり・なし											
	のどの痛み		あり・なし											
	鼻水・鼻づまり		あり・なし											
	だるさ		あり・なし											
	その他 症状をくわしく→ (頭痛・腹痛など)		あり・なし											
夜	体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
	せき	あり・なし												
	のどの痛み	あり・なし												
	鼻水・鼻づまり	あり・なし												
	だるさ	あり・なし												
	その他 症状をくわしく→ (頭痛・腹痛など)	あり・なし												
備考														





# 健康観察カード 瀬田中学校

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番 氏名 \_\_\_\_\_

5月		5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日	6月1日
曜日		土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
朝	体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
	せき	あり・なし											
	のどの痛み	あり・なし											
	鼻水・鼻づまり	あり・なし											
	だるさ	あり・なし											
	その他 症状をくわしく→ (頭痛・腹痛など)												
夜	体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
	せき	あり・なし											
	のどの痛み	あり・なし											
	鼻水・鼻づまり	あり・なし											
	だるさ	あり・なし											
	その他 症状をくわしく→ (頭痛・腹痛など)												
備考													



ちょっと教えて!

## ミニミニアンケート

Q.「生活リズムを整えよう」と言われて、あなたが最初に気をつけることは?

- ①睡眠 ②食事 ③運動 ④その他



あなたの答え