

# 健康チェックカード ( 月 )

ねん ぐみ なまえ  
年 組 名前

◎感染症対策には、**毎日の健康観察**が大切です。必ずおうちの人と一緒に体調を確認してください。**学校がお休みの日も毎日続けてください。**



◎毎朝、**体温をはかり、症状がある場合は、**あてはまるものに○をつけてください。

◎記入したら、**毎日担任の先生に提出**してください。

◎朝の時点で37.5℃以上あった場合や**かせ症状がある場合には、**登校せずに**自宅で様子**を見てください。

ひづけ 日付	ようび 曜日	あさ 朝の体温	症状		家族の様子 体調の悪い人はい ますか？	担任 確認印
			どちらかに○			
			なし	あり		
			<b>症状ありの場合</b> <b>あてはまるものすべてに○をつける</b>			
1		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
2		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
3		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
4		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
5		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
6		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
7		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
8		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
9		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
10		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
11		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
12		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
13		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
14		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	
15		℃		頭が痛い・だるい・せき・鼻水・のどが痛い・味やお いがわかりづらい・その他( )	いる・いない	

				名前			
日付	曜日	朝の体温	症状			家族の様子 体調の悪い人はいますか？	担任 確認印
			どちらかに○		症状ありの場合 あてはまるものすべてに○をつける		
			なし	あり			
16		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
17		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
18		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
19		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
20		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
21		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
22		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
23		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
24		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
25		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
26		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
27		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
28		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
29		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
30		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	
31		℃			<small>あたま</small> いた 頭 <small>が</small> 痛い・だるい・せき・ <small>はなみず</small> 鼻水・ <small>いた</small> のど <small>が</small> 痛い・ <small>あじ</small> 味 <small>や</small> にお <small>た</small> い <small>が</small> わ <small>か</small> り <small>づ</small> ら <small>い</small> ・ <small>た</small> そ <small>の</small> 他 <small>（</small> <small>）</small> 	いる・いない	

【受診相談の目安】

発熱だけでなく

- ・かぜ症状（せき、のどの痛み、頭痛、倦怠感など）や
- ・味やにおなどが分からないなどの異常を感じる場合は外出を控え、早めに相談を。

○かかりつけ医等、近くの医療機関へ 電話をかけて相談

○相談先に迷う場合、新型コロナウイルス感染症「甲府市受診・相談センター」にお問い合わせください。

電話 055-237-8952（甲府市保健所）