

# 【5月】健康チェック表

感染症を防ぐには、日々の健康観察・健康管理が重要です。この表を使って、毎日の健康観察を行いましょ。登校日にはこのチェック表を回収します。忘れずに提出してください。

以下の場合「出席停止」となる為、登校できません。

①新型コロナウイルス感染症に罹患したとき



②新型コロナウイルスの感染者と濃厚接触したことが判明したとき

※家族等近親者で感染者が発生したとき、または家族等近親者が濃厚接触者と判明した場合は速やかに学校に連絡してください。

③37.5℃以上の発熱があるとき

※登校後、37.5℃以上の発熱がみられる場合は早退となります。

感染症を防ぐために心がけること

- ①手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策を徹底する。
- ②免疫力を高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスのとれた食事を心がける。
- ③日常的に健康観察を行い、風邪症状が見られるときは、無理をせずに休養する。



☆新型コロナウイルスに関連して、不安や心配なことがある人は、健康相談や面談を行います。遠慮せずに担任の先生や保健室まで申し出てください。

☆スクールカウンセラーのカウンセリングも受け付けます。不安を感じている人はぜひ利用してください。申し込みたい人は、担任の先生か保健室まで知らせてください。

新型コロナウイルス感染症に関する問い合わせ先

【江戸川区帰国者・接触者電話相談センター】

電話：03-5661-1124 平日：9時～17時（土曜日、日曜日、祝日、休日を除く）

【東京都帰国者・接触者電話相談センター】

電話：03-5320-4592 平日：17時～翌9時土曜日、日曜日、祝日、休日：終日

松江第四中 年 組 名前

日	体調 該当するものがあれば○で囲む	体温	日	体調 該当するものがあれば○で囲む	体温
1日 (金)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	20日 (水)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
2日 (土)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	21日 (木)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
3日 (日)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	22日 (金)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
4日 (月)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	23日 (土)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
5日 (火)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	24日 (日)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
6日 (水)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	25日 (月)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
7日 (木)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	26日 (火)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
8日 (金)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	27日 (水)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
9日 (土)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	28日 (木)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
10日 (日)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	29日 (金)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
11日 (月)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	30日 (土)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
12日 (火)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	31日 (日)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
13日 (水)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
14日 (木)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
15日 (金)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
16日 (土)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
17日 (日)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
18日 (月)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分
19日 (火)	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分	日 ( )	*発熱 *咳 *倦怠感 *その他 ( )	朝 _____ 度 _____ 分