# 健康観察シート

＊感染症対策のために、毎日の健康観察が大切です。毎日、朝晩体温を測り、体調の確認をしてください。

＊**発熱等の風邪症状がある場合は、自宅で休養し、必ず学校に報告してください。**

＊**次の症状がある場合は、「重症化を防ぐ」「人に感染させない」ために、必ず「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。**

**・ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が４日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならない場合を含む。）**

**・ 強いだるさや息苦しさがある**

**※ 基礎疾患等のある人は、上の状態が２日程度続く場合**

【北海道】
○新型コロナウイルスに関する一般相談
○新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる方「帰国者・接触者相談センター」
以下のURLまたはQRコードからご覧いただけます。
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kth/kak/singatakoronahaien.htm

旭川市立光陽中学校　　年　　組　氏名

| 月　日 | | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 | 月　日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 曜　日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 体　温 | 起床時 | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ |
| （平熱　℃） | 夕食後 | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ | ℃ |
| 体　調 | のどの痛み | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 咳 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | だるさ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 息苦しい | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | その他 | | | | | | | | | | | | | | | | | |