

健康観察シート

年	組	氏名
---	---	----

*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、「人にうつさない」ために、自宅で休養し、学校に報告してください。

★ 地域で新型コロナウイルス感染症がまん延している時期は、本人に症状がなくても、同居している家族に風邪症状がみられる場合、登校を控えるようお願いいたします。
 (地域でまん延がみられた場合は、学校から「家族の健康状況についても報告してください」と連絡しますので、備考欄に「症状なし」「妹：せき」などと記入してください。)

*心配な症状がある場合は、「重症化を防ぐ」ために、裏面の相談・受診の目安を参考に「帰国者・接触者相談センター」などに相談してください。

月日	曜日	体温 (平熱 ℃)	体調							服薬の有無	欠席 早退	備考	
			せき	息苦しさ	鼻水	のどの痛み	体のだるさ	頭痛	嗅覚・味覚の異常				その他
2 / 6	土	朝: 晩:											
/ 7	日	朝: 晩:											
/ 8	月	朝: 晩:											
/ 9	火	朝: 晩:											
/ 10	水	朝: 晩:											
/ 11	木	朝: 晩:											
/ 12	金	朝: 晩:											
/ 13	土	朝: 晩:											
/ 14	日	朝: 晩:											
/ 15	月	朝: 晩:											
/ 16	火	朝: 晩:											
/ 17	水	朝: 晩:											
/ 18	木	朝: 晩:											
/ 19	金	朝: 晩:											
/ 20	土	朝: 晩:											
/ 21	日	朝: 晩:											
/ 22	月	朝: 晩:											
/ 23	火	朝: 晩:											
/ 24	水	朝: 晩:											
/ 25	木	朝: 晩:											
/ 26	金	朝: 晩:											

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

☆ 次の項目に一つでも当てはまる場合は、すぐに「帰国者・接触者相談センター」や、かかりつけの医療機関（小児の場合は、小児科医による診察が望ましいとされています）等に電話などで相談してください。

□ **息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある**

□ **重症化しやすい方（※）で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある**

※糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある方や、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

□ **上記以外で発熱やせきなど比較的軽い風邪の症状が続く場合**

※症状が4日以上続く場合は必ず相談してください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。

（厚生労働省HPより引用）

【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>

