

# 体温チェックカード



年 組 番 名前( )

★毎日体温をはかって、チェックカードに記入しましょう。

★体調が悪いときは、おうちでゆっくり休みましょう。



## おうちの方へ

愛知県内では新型コロナウイルス感染者が増加しており、「**嚴重警戒**」体制となりました。市内においても、感染者数は増加傾向にあります。いつ誰が感染してもおかしくないこの状況下において、改めて一人一人が気を引き締めて予防対策を行う必要があると思います。発熱や咳・鼻水などの風邪症状が見られる場合は、無理をして登校せず、自宅で休養をとったり、医療機関に相談するようにしてください。

ご家庭でも手洗いやうがい等で予防に努め、十分な休養とバランスの良い食事に留意して、規則正しい生活を心がけてください。

◎ : とても元気  
○ : まあまあ元気  
△ : あまり元気がない

| 月 | 日  | 曜日 | 体温 | 体調(◎・○・△) |
|---|----|----|----|-----------|
| 1 | 1  | 金  | ℃  |           |
| 1 | 2  | 土  | ℃  |           |
| 1 | 3  | 日  | ℃  |           |
| 1 | 4  | 月  | ℃  |           |
| 1 | 5  | 火  | ℃  |           |
| 1 | 6  | 水  | ℃  |           |
| 1 | 7  | 木  | ℃  |           |
| 1 | 8  | 金  | ℃  |           |
| 1 | 9  | 土  | ℃  |           |
| 1 | 10 | 日  | ℃  |           |
| 1 | 11 | 月  | ℃  |           |
| 1 | 12 | 火  | ℃  |           |
| 1 | 13 | 水  | ℃  |           |
| 1 | 14 | 木  | ℃  |           |
| 1 | 15 | 金  | ℃  |           |

| 月 | 日  | 曜日 | 体温 | 体調(◎・○・△) |
|---|----|----|----|-----------|
| 1 | 16 | 土  | ℃  |           |
| 1 | 17 | 日  | ℃  |           |
| 1 | 18 | 月  | ℃  |           |
| 1 | 19 | 火  | ℃  |           |
| 1 | 20 | 水  | ℃  |           |
| 1 | 21 | 木  | ℃  |           |
| 1 | 22 | 金  | ℃  |           |
| 1 | 23 | 土  | ℃  |           |
| 1 | 24 | 日  | ℃  |           |
| 1 | 25 | 月  | ℃  |           |
| 1 | 26 | 火  | ℃  |           |
| 1 | 27 | 水  | ℃  |           |
| 1 | 28 | 木  | ℃  |           |
| 1 | 29 | 金  | ℃  |           |
| 1 | 30 | 土  | ℃  |           |
| 1 | 31 | 日  | ℃  |           |



規則正しい生活を心がけて、かぜやインフルエンザに負けない体づくりをしよう！