健康・行動記録シート

HRNO（　　）氏名（　　）

＊空欄には、家族も含めた健康状態・行動履歴、気になる事などを記入します。
（例…家族で〇〇に外食、姉38.5℃、父・札幌に出張、東京から兄が帰省、熱中症気味、眠れない、下痢気味など。）
＊濃厚接触とは、発症2日前から、1m近くで必要な予防策（マスク等）なしで15分以上の接触があった場合をいいます。
＊発熱（37.5℃以上が目安）・風邪症状がある場合は、外出・登校を控えて下さい。（欠席にはなりません。）
＊日頃から健康観察チェックを行い、健康の意識付け・感染症予防に努めましょう。
＊健康・行動記録をつけておくことによって感染経路が推測でき感染拡大防止につながります。

提出する必要はありませんが、
要保存。

日		月		火		水		木		金		土	
10/31		11/1		11/2		11/3		11/4		11/5		11/6	
．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛
11/7		11/8		11/9		11/10		11/11		11/12		11/13	
．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛
11/14		11/15		11/16		11/17		11/18		11/19		11/20	
．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛

健康・行動記録シート

HRNO（　　）氏名（　　）

＊空欄には、家族も含めた健康状態・行動履歴、気になる事などを記入します。
（例…家族で〇〇に外食、姉38.5℃、父・札幌に出張、東京から兄が帰省、熱中症気味、眠れない、下痢気味など。）
＊濃厚接触とは、発症2日前から、1m近くで必要な予防策（マスク等）なしで15分以上の接触があった場合をいいます。
＊発熱（37.5℃以上が目安）・風邪症状がある場合は、外出・登校を控えて下さい。（欠席にはなりません。）
＊日頃から健康観察チェックを行い、健康の意識付け・感染症予防に努めましょう。
＊健康・行動記録をつけておくことによって感染経路が推測でき感染拡大防止につながります。

提出する必要はありませんが、
要保存。

日		月		火		水		木		金		土	
11/21		11/22		11/23		11/24		11/25		11/26		11/27	
．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛
11/28		11/29		11/30		12/1		12/2		12/3		12/4	
．℃	□登校□家	．℃	□登校□家	．℃	□登校□家	．℃	□登校□家	．℃	□登校□家	．℃	□登校□家	．℃	□登校□家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛
12/5		12/6		12/7		12/8		12/9		12/10		12/11	
．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家	．℃	□登校 □家
□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感	□ 咳	□ 倦怠感
□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ	□ のど痛	□ 息苦しさ
□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害	□ くしゃみ	□ 嗅覚障害
□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害	□ 鼻水	□ 味覚障害
□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛	□ 関節痛	□ 筋肉痛
□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛	□ 胃症状	□ 腹痛