

# 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>



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