

【日常生活で気をつけること】

- ① 外出先からの帰宅時や食事の前などに、こまめに石けんで手洗いし、必要に応じてアルコール消毒をする。
- ② 咳などの症状があるときは「マスク着用、マスクが無い時は、ハンカチ・ティッシュで口を覆う」など、咳エチケットを守る。
- ③ 不要不急の外出は避ける。
- ④ 発熱等のかぜ症状が見られるときは学校を休む。

【新型コロナウイルス感染症とは】

発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさを訴える人が多いのが特徴です。

感染から発症までの潜伏期間は1日～12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

飛沫感染と接触感染によりうつるといわれていますので、咳エチケットと、人の手が触れるドアノブや水道の蛇口などを消毒し、予防しましょう。

※ 発熱の症状や37.5℃以上の熱が4日以上続いている、強いだるさや息苦しさ（呼吸困難）があるときは注意しましょう。

けんこうカード



《おねがい》

毎日健康観察と検温を行い、けんこうカードに記録しましょう。

けんこうカードは登校日に学校へ提出しましょう。

年 組 名前

新座市立片山小学校

月	日	曜日	体温	健康観察（該当症状に○をつけてください。）					
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
		・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）	
備 考									

月	日	曜日	体温	健康観察（該当症状に○をつけてください。）					
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
			・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）
			・℃	なし	発熱	せき	のどの痛み	倦怠感(体がだるい)	頭痛
		・℃	鼻汁	鼻づまり	腹痛	吐き気	その他（	）	
備 考									