

年 組 番：名前

[illegible]

○このカードは、自分の健康観察の結果を記録するカードです。登校前に自宅にて健康観察を実施してください。
○登校しない日でも、毎日、健康観察を実施してください。保護者に確認してもらいましょう。
○登校する時は、必ずこのカードを持ってきてください。

- 学校へ行くときはマスク着用ですが、ご家庭の判断で、熱中症のリスクが高いと思われる場合はマスクを外して登下校してください。
- 発熱や咳等の症状がみられる場合は、登校せず自宅で休養してください。
- 咳エチケットや手洗い等の感染症対策を実施してください。
- 特に活動の前後、食事前、外出時や帰宅時などにこまめに石けん等で手を洗いましょう。
- 免疫力を低下させないように努めましょう。無理せず、しっかりと睡眠をとり、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけましょう。