

健康の記録

3月

豊玉中学校 年 組 番 名前

健康状態の自己管理はとても大切です。朝起きたら必ず自分の健康観察を行いましょう。

体調が悪い人は、症状の欄に当てはまる番号を書きましょう。

1:発熱 2:せき 3:のどの痛み 4:頭痛 5:鼻水 6:味がしない 7:匂いがしない
8:吐き気 9:嘔吐 10:だるさ 11:腹痛 12:下痢 その他の症状は書く

日にち	体温	症状	
3月1日 (水)	℃		
3月2日 (木)	℃		
3月3日 (金)	℃		
3月4日 (土)	℃		
3月5日 (日)	℃		
3月6日 (月)	℃		
3月7日 (火)	℃		
3月8日 (水)	℃		
3月9日 (木)	℃		
3月10日 (金)	℃		
3月11日 (土)	℃		
3月12日 (日)	℃		
3月13日 (月)	℃		
3月14日 (火)	℃		
3月15日 (水)	℃		
3月16日 (木)	℃		

日にち	体温	症状	
3月17日 (金)	℃		
3月18日 (土)	℃		
3月19日 (日)	℃		
3月20日 (月)	℃		
3月21日 (火)	℃		
3月22日 (水)	℃		
3月23日 (木)	℃		
3月24日 (金)	℃		
3月25日 (土)	℃		
3月26日 (日)	℃		
3月27日 (月)	℃		
3月28日 (火)	℃		
3月29日 (水)	℃		
3月30日 (木)	℃		
3月31日 (金)	℃		

