

## 臨時休校中の健康管理のお願い

- (1) 毎朝晩、自宅で検温をして、『※健康観察票』に記入してください。
- (2) 休校期間中は、自宅における健康観察を継続し、発熱等の風邪症状がみられ、風邪やインフルエンザ等の心配がある場合はかかりつけ医にご相談ください。新型コロナウイルス感染症の罹患が心配される場合は「帰国者・接触者相談センター(電話番号は下記に記載)」に電話でご相談ください。

### ※健康観察票について

#### ★記入上の注意

- ・自分の平熱を記入しておく。
- ・体温は、朝の起床時と就寝前に検温し、記録する。
- ・症状については、就寝前に一日を振り返って記録する。
- ・症状の記入は、「なし」または「あり」に○をつける。(症状がある場合は、どのような症状かを記入する)
- ・「健康観察票」を学校に提出する必要はありません。家庭でご活用ください。

### 新型コロナウイルス感染症の予防について

- ① 石けんやアルコール消毒液などによる手洗い
- ② 正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③ 不要な外出は避ける

特にこの三点に留意し、自分自身でしっかりと健康管理に気を付けて過ごしましょう。

### 病院受診の際の注意点

- ・風邪症状がみられ、風邪やインフルエンザ等が心配される場合は、かかりつけ医にご相談ください。
- ・以下のような症状がみられ、新型コロナウイルスの感染が心配される場合…
  - ① 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く(解熱剤を飲み続けなければならない場合も含まれます。)
  - ② 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある  
最寄りの保健所にある「帰国者・接触者相談センター」に電話でご相談ください。  
(中央区保健所 03-3541-5254 平日午前9時～午後5時)

#### ★医療機関を受診するときに気を付けてほしいこと

複数の医療機関を受診せず、「帰国者・接触者相談センター」等から紹介された医療機関を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

# 臨時休校期間 健康観察票

中央区立日本橋中学校

年 組 番 氏名

平熱(           ℃ )

月	日	曜日	朝の体温	夜の体温	症状
3	2	月	℃	℃	なし・あり(症状 )
	3	火	℃	℃	なし・あり(症状 )
	4	水	℃	℃	なし・あり(症状 )
	5	木	℃	℃	なし・あり(症状 )
	6	金	℃	℃	なし・あり(症状 )
	7	土	℃	℃	なし・あり(症状 )
	8	日	℃	℃	なし・あり(症状 )
	9	月	℃	℃	なし・あり(症状 )
	10	火	℃	℃	なし・あり(症状 )
	11	水	℃	℃	なし・あり(症状 )
	12	木	℃	℃	なし・あり(症状 )
	13	金	℃	℃	なし・あり(症状 )
	14	土	℃	℃	なし・あり(症状 )
	15	日	℃	℃	なし・あり(症状 )
	16	月	℃	℃	なし・あり(症状 )
	17	火	℃	℃	なし・あり(症状 )
	18	水	℃	℃	なし・あり(症状 )
	19	木	℃	℃	なし・あり(症状 )
	20	金	℃	℃	なし・あり(症状 )
	21	土	℃	℃	なし・あり(症状 )
	22	日	℃	℃	なし・あり(症状 )
	23	月	℃	℃	なし・あり(症状 )
	24	火	℃	℃	なし・あり(症状 )
	25	水	℃	℃	なし・あり(症状 )
	26	木	℃	℃	なし・あり(症状 )
	27	金	℃	℃	なし・あり(症状 )
	28	土	℃	℃	なし・あり(症状 )
	29	日	℃	℃	なし・あり(症状 )
	30	月	℃	℃	なし・あり(症状 )
	31	火	℃	℃	なし・あり(症状 )
	4	1	水	℃	℃
2		木	℃	℃	なし・あり(症状 )
3		金	℃	℃	なし・あり(症状 )
4		土	℃	℃	なし・あり(症状 )
5		日	℃	℃	なし・あり(症状 )

休校期間は、自宅における健康観察を継続してください。病院受診後、コロナウイルスやインフルエンザ等感染症の発症が確認された場合は、学校へ連絡するようお願いします。