

健康観察票（ 年 月）

年 組 番 氏名

※症状があるときは○印を入れる。

※その他の欄は症状を記入する。

日付	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
曜日															
体温															
呼吸器症状	咳														
	のど痛														
	息苦しい														
	胸の痛み														
全身症状その他	強い倦怠感														
	関節筋肉痛														
	頭痛														
	(味覚・嗅覚の異常など)														

発熱・風邪症状などがある人は
自宅で休養してください

日付	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日																
体温																
呼吸器症状	咳															
	のど痛															
	息苦しい															
	胸の痛み															
全身症状その他	強い倦怠感															
	関節筋肉痛															
	頭痛															
	(味覚・嗅覚の異常など)															

★この健康観察票は、必要に応じて提出していただく場合がありますので、大切に保管してください。

★高熱、呼吸困難、強い倦怠感、軽くても継続する風邪症状などがある場合は、必ず、かかりつけ医または新型コロナ医療相談センターに相談してください。

【医療相談センター】075-414-5487 【学校】西乙訓高校 075-955-2210

(相談・指示された内容を学校へ連絡してください)

1 登校前の体調チェック → 体調不良なら休養を

- 「健康観察票」を活用して、毎朝、検温・体調のチェックを。(アプリ使用も可)
- 同居家族に発熱、風邪症状などがある場合も登校を控える。

2 マスク着用・手洗い を続ける

★熱中症に留意すること。

- 感染リスクが高い場面＝（人が近くにいる時、食事の時に）マスクを外す場面

3 密を避ける

- 近距離での発声・換気不良・密集 を避ける

4 窓を開けて、こまめな換気

- 教室は常時換気
- 更衣室・部活中も換気

5 食事の注意

- 対面・近距離を避ける
- 黙食
- 換気
- 食後は、すぐにマスク着用

6 十分な睡眠と栄養をとり、免疫力を高める

7 こんな時は、学校へ連絡（本人・家族を含む）

- 発熱、カゼ症状などがあり、自宅で休養する。
- PCR検査などを受けることになった。
- 感染の疑い、濃厚接触であると言われた。
- 医師、保健所、医療相談センターなどから指示を受けた。

コロナ専用メール



西
乙
訓
高
校

【電話】075-955-2210（平日 8:30～17:00） ※時間外は下記へメール連絡

【メール】宛先: nishiotokuni-hs-kinkyu@kyoto-be.ne.jp

件名: 緊急連絡

内容: 年・組・番号・氏名・用件・連絡先電話番号

★コロナ専用メール★

8 発熱・カゼ症状など体調不良は受診

- かかりつけ医・地域の医療機関に電話をして受診（受診できない場合は下記に）
- 新型コロナ医療相談センター 075-414-5487（24時間対応）