

けんこうかんさつ 健康観察カード

あさ たいおん ほか けんこう きろく
☆朝の体温を測り、健康の記録をしましょう。

がつ 月・日	あさ 朝の体温	たいおん	すいみん・しょくじ	がつ 月・日	あさ 朝の体温	たいおん	すいみん・しょくじ	がつ 月・日	あさ 朝の体温	たいおん	すいみん・しょくじ	がつ 月・日	あさ 朝の体温	たいおん	すいみん・しょくじ
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		
・	℃			・	℃			・	℃			・	℃		

Q1:ぐっすりねむれましたか？


Q2:朝ごはんは、食べましたか？


Q4:うんちをしましたか？


Q5:運動できないようなケガをしていませんか？


*うんちをしていないと、走っている時、おなかが痛くなることがあります。

すいみん (6時間以上とっていない) …× しょくじ(朝食あるいは昼食をとっていない) …×
 ずつう (あたまがいたい) …ズ ねつがある…ネ きもちがわるい…キ だるい…ダ
 ふくつう (おなかがいたい) …フ げり…ゲ めまい (フラフラする) …メ せきやはなみずがでる…セ
 けがをしている…ケ その他…具体的に記入

ねん 年 くみ 組 ばん 番 なまえ 名前