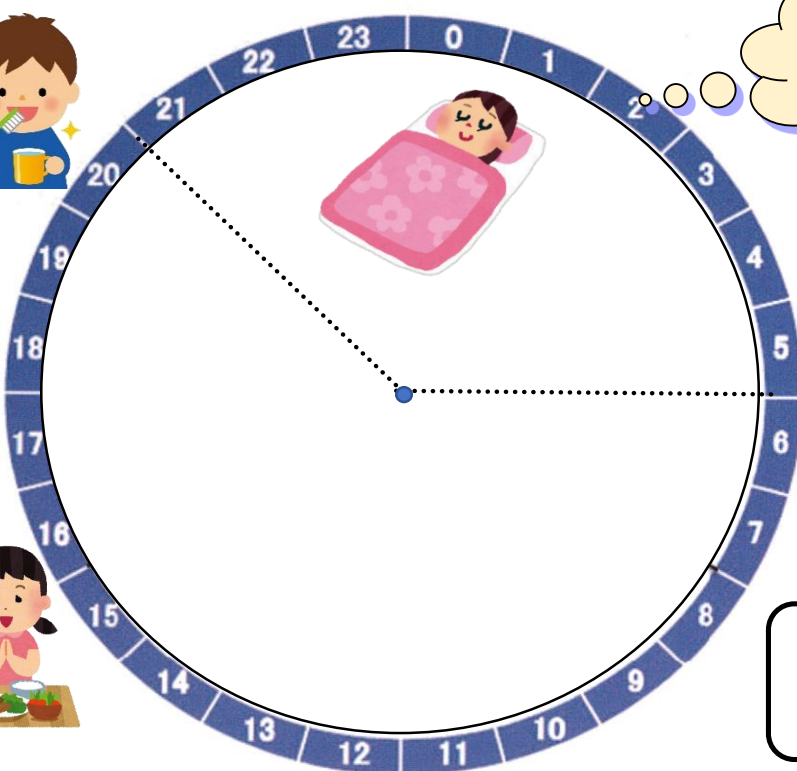


日付	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日
起きた時間	:	:	:	:	:	:	:	:	:	:
朝の体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
朝ごはん食べましたか										
からだの様子	咳	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	鼻水	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	咽頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	頭痛	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
	その他□									
こころの様子	元気? ○か△									
	△・・・ わけは?									
寝た時間	:	:	:	:	:	:	:	:	:	:
チェック欄 (保護者・担任)										

健康チェックカード



9～10時間の
すいみんは大切だよ。

毎日を健康にすごすために、
計画をたてよう！
すいみん・食事・運動の
リズムを大切にね。
おうちの人と相談して決め
ようね。

年 組 名 前