



ねん くみ ばん 名まえ

※<sup>がっこう</sup>学校に<sup>とうこう</sup>登校するときは、<sup>まいにち</sup>毎日このカードを<sup>たんじん</sup>担任に<sup>ていしゆつ</sup>提出します。

つき	ひ	よう	体調				生活リズム			その他の症状	担任	
			あさ 朝の たいおん 体温	よる 夜の たいおん 体温	せき	のどの いた 痛み	からだ が だるい	○ △ ×	はやお 早起き	あさ 朝ごはん		はやね 早寝
見	本		36.7℃	36.9℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり	○	○	△	ずつう 頭痛	ン
5	1	金	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	2	土	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	3	日	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	4	月	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	5	火	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	6	水	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	7	木	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	8	金	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	9	土	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	10	日	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	11	月	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	12	火	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	13	水	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	14	木	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	15	金	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	16	土	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	17	日	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	18	月	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	19	火	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	20	水	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	21	木	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	22	金	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	23	土	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	24	日	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	25	月	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	26	火	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	27	水	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	28	木	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	29	金	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	30	土	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					
5	31	日	℃	℃	なし・あり	なし・あり	なし・あり					

5月は早寝・早起き・朝ごはん月間です。  
体調を整えながら早寝・早起き・朝ごはんも心がけましょう。