

健康観察カード

マラソン週間始まる前に 3日間の平熱を調べる。		
1 日	度	分
2 日	度	分
3 日	度	分

年 組 なまえ

保護者名

緊急連絡先 TEL

調べること		月	日										
1	朝の体温												
2	朝食はふつうに食べた												
3	頭はいたくない												
4	ゆうべはよくねた												
5	腹痛や下痢ではない												
6	用便はすませた												
7	せき、くしゃみ、鼻水はでない												
8	皮膚に傷やできものはない												
9	きもちわるくない												
10	その他具合の悪いところはない ×の人はどこが悪いか書く												
保護者 印		参加する											
どちらかに押す。 簡単に見学理由を記入		見学する											
指導者 印													
【参 考】													
1 分間の脈拍 [回]													
{備考欄}													

- ① マラソンをする日の朝、からだの様子をよく見て書きましょう。
(保護者の方も一緒に観察し、捺印してください)
- ② あてはまるものには○、あてはまらないものには×をつけましょう。
- ③ このカードはマラソンをしてもよいかどうかを決めるものです。
必ず、担任の先生に提出しましょう。はんこがない人は走れません。