

					食べ物の味がしない
					目が赤い涙が出る
					鼻水がでる
					げり
					のどが痛い
					しんどいだるい
					頭が痛い
					体が痛い
					いき苦しい
					せきがでる
					体温
					℃
					日付
					/
					/
					/
					/
					/
					/

だいじょうぶは○ だめは×

					食べ物の味がしない
					目が赤い涙が出る
					鼻水がでる
					げり
					のどが痛い
					しんどいだるい
					頭が痛い
					体が痛い
					いき苦しい
					せきがでる
					体温
					℃
					日付
					/
					/
					/
					/
					/
					/

だいじょうぶは○ だめは×

だいじょうぶは○ だめは×

日付	/	/	/	/	/
体温	℃	℃	℃	℃	℃
せきがでる					
いき苦しい					
体が痛い					
頭が痛い					
しんどいだるい					
のどが痛い					
げり					
鼻水がでる					
目が赤い涙が出る					
食べ物の味がしない					

けんこうかんりひょう
健康管理表

だんたいめい

学年 年

なまえ

ホッチキスでとめる

- 道場に入るとき手洗い 出るときも手洗い
- 体調不良のときは休む
- 帰ったらお風呂にはいる
- 柔道着、トレーニングシャツ、タオルなどは使用後必ず洗濯

京都府柔道連盟所属
柳診療所 院長 医学博士 柳 堅徳 先生に御監修いただきました