

## オミクロン変異ウイルス 症状の特徴

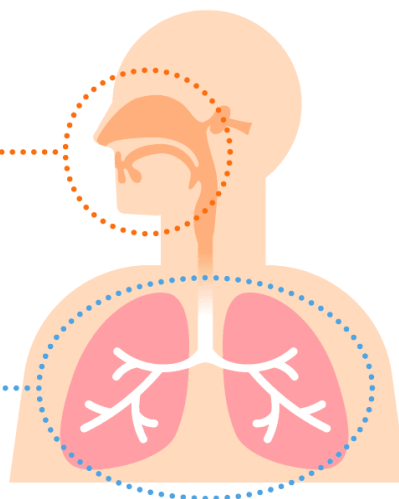
上気道の症状が多く、  
風邪の症状との見分けがとても難しい

### オミクロン

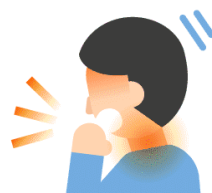
上気道で発症  
→比較的軽い症状

### デルタ

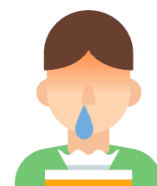
下気道で発症  
→肺炎など重症化



発熱



喉の痛み



鼻水、  
鼻づまり

## 個人の対策としては、



マスクを  
着用する



密はダメ



手洗い

一人ひとりができる対策を続けていきましょう

◎体調不良の際は、無理をせず、体調が良くなってから登校しましょう。

# 自己健康観察表

☆これは、自己で健康を管理するためのものです。提出は不要です。

〈注意事項〉

- 1 毎日できるだけ同じ条件（起床後、朝食前がよい）で検温し、記録しましょう。
- 2 体調に異常を感じたら、保護者の方に伝えましょう。
- 3 次のような症状がある場合は、かかりつけ医や医療機関へ相談しましょう。

息苦しさや強いだるさ、高熱などの強い症状がある場合

発熱やせきなど比較的軽いかぜの症状が続く場合



月 日	曜	時 間	体温	発熱の有無	その他症状
例		7:15	36.5°C	有 ・ 無 ( )	
2月1日	火			有 ・ 無 ( )	
2月2日	水			有 ・ 無 ( )	
2月3日	木			有 ・ 無 ( )	
2月4日	金			有 ・ 無 ( )	
2月5日	土			有 ・ 無 ( )	
2月6日	日			有 ・ 無 ( )	
2月7日	月			有 ・ 無 ( )	
2月8日	火			有 ・ 無 ( )	
2月9日	水			有 ・ 無 ( )	
2月10日	木			有 ・ 無 ( )	
2月11日	金			有 ・ 無 ( )	
2月12日	土			有 ・ 無 ( )	
2月13日	日			有 ・ 無 ( )	
2月14日	月			有 ・ 無 ( )	
2月15日	火			有 ・ 無 ( )	
2月16日	水			有 ・ 無 ( )	
2月17日	木			有 ・ 無 ( )	
2月18日	金			有 ・ 無 ( )	
2月19日	土			有 ・ 無 ( )	
2月20日	日			有 ・ 無 ( )	
2月21日	月			有 ・ 無 ( )	
2月22日	火			有 ・ 無 ( )	
2月23日	水			有 ・ 無 ( )	
2月24日	木			有 ・ 無 ( )	
2月25日	金			有 ・ 無 ( )	
2月26日	土			有 ・ 無 ( )	
2月27日	日			有 ・ 無 ( )	
2月28日	月			有 ・ 無 ( )	