

健康チェック表 【4丁目自治会員用】 202 年 月分

健康チェックについては、次の項目を参考に、健康管理に努めてください。 青少年部

日	曜日	朝の体温 (°C)	血圧		(脈拍)	運動行事 (ラジオ体操等)	通院	散歩	その他 (排便等)
			(最高)	(最低)					
記載例		36,5	116	73	60	公園清掃、テニス	○	30分	大1、小5
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
31									

※各家庭にコピー用を配布しました。活用して下さい。

※なお、この用紙は自治会館事務所にあります。必要な方はどうぞ・・・