

■ 仲間の健康状況の見える化

建設工事作業所

健康第一！体調は万全ですか？

お互いを思いやる気持ちを持って体調をチェックしましょう。
自分の体調も仲間の体調も大事です！！

- ① 体温は何度ですか？
- ② 身体に強いだるさはありませんか？
- ③ セキは出ていませんか？
- ④ 味覚に異常はありませんか？
- ⑤ 嗅覚に異常はありませんか？

氏名	体温記入	「はい」なら○、「いいえ」なら×	「はい」なら○、「いいえ」なら×	「はい」なら○、「いいえ」なら×	「はい」なら○、「いいえ」なら×

体に少しでも異常を感じたら、すぐに作業を中断しましょう！

かぜ症状・嗅覚味覚障害



37.5度以上熱があれば、**休む**
⇒会社に連絡



体温計

世界中に感染が広がるウイルスの脅威に名懸が答える

新型コロナウイルス肺炎 インフルから身を守れ!

新型コロナウイルスとは何か？
 受診の目安は？
 「濃厚接触」とは？
 どうやって感染する？
 特徴は？
 症状は？
 いちばん気をつけることは？
 感染力は？
 ウイルスはどこから体に入る？
 高齢マスコットの作り方も紹介！
 どんな人が重症化しやすい？

手洗い・うがいを習慣に!

コロナになる前に予防対策を!

- ・手洗いとうがいをしっかりしよう!
- ・睡眠をしっかり取ろう!
- ・お酒、たばこはほどほどに!
- ・栄養バランスのとれた食事をしよう!
- ・体を冷やさない工夫をしよう!
- ・ストレスは溜めすぎず発散しよう!

☆ストレス対処法☆

腹式呼吸をする
瞑想する

健康問いかけ部
職長チェック



掲示状況