

1 健康チェックカードについて

修学旅行出発1週間前の11月9日(木)から11月20日(月)まで健康チェックを行います。
特に、**早寝・早起き 一日一回の排便 一日三食**の規則正しい生活習慣をつけ、体調を整えてください。
「健康チェックカード」は、修学旅行前と修学旅行中・後の2枚あります。2枚とも「しおり」とじます。修学旅行前のカードは毎日提出します。
修学旅行後のカードは、11月20日(月)に提出です。

2 修学旅行前健康診断について

10月31日(火)に行います。健康診断の参考資料として、「修学旅行事前保健調査票」を提出していただいています。

3 緊急連絡先の記入のお願いについて

「修学旅行中の緊急連絡先」の記入をお願いします。急病、けが等が発生した場合の連絡に使用します。特に夜間、連絡がとれるようにお願いします。
裏面に**保険証のコピー**の添付をお願いします。はがれないように糊でしっかりと貼ってください。修学旅行後に、お返しします。
本日配付した文書に記入していただき、11月2日(木)までに提出してください。

4 健康面について

- (1) 食物アレルギー等で、食事の内容について詳しく知りたい方は、成分表をお渡ししますで、担任までお申し出ください。本人が食べることができるようかわかるように、事前によく相談をしておき、担任を通してお知らせください。
- (2) 薬を持参する人は、「修学旅行中の緊急連絡先」に記入して提出してください。
なお、薬は、本人が「いつ、どんな症状の時、一日何回、どれだけ、飲むか」わかるように、袋等に分けて持たせてください。また、持参した薬は、他の子にあげることをないように注意しておいてください。
- (3) 月経用品が必要な場合は、お子さんに持たせてください。事前に、学校でも、男女とも、思春期の体の変化について学習させ、女子については、月経の時の手当について指導しますが、ご家庭でもこの機会にぜひお話ください。
- (4) 出発当日、体調などについて知らせておきたいことがある場合は、**健康チェックカード**の記入欄にご記入ください。

5 提出物について

提出物	提出日
修学旅行前の健康チェックカード	11月9・10・13・14・15・16日(毎日)
修学旅行前保健調査票	すでに提出済み
修学旅行中の緊急連絡先	11月2日(木)
修学旅行中・後の健康チェックカード	11月20日(月)