

1 健康チェックカードについて

野外学習出発1週間前の10月24日(水)から健康チェックをします。

規則正しい生活をして、体調を整えさせてください。

特に、**早寝・早起き 一日一回の排便 一日三食**の習慣をつけ、毎日(10月24日～11月5日)「健康チェックカード」に記録します。

「健康チェックカード」は、野外学習前と野外学習中・後の2枚あります。2枚とも「しおり」ととじます。野外学習前のカードは毎日提出します。記入は児童が行いますが、毎日、おうちの方で印またはサインをお願いします。

野外学習後のカードは、11月5日(月)に提出です。

2 野外学習事前健康診断について

10月9日(火)に行います。健康診断の参考にしますので、本日配付しました「野外学習事前保健調査票」にご記入いただき、10月2日(火)までにご提出ください。

3 緊急連絡先の記入のお願いについて

「野外学習中の緊急連絡先」のご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。

本日配付した文書に記入していただき、10月11日(木)までにご提出ください。

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ので、担任までお申し出ください。本人が食べることができるかどうかわかるように、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) 皮膚が過敏な人や、アレルギー体質の人は、植物でかぶれる場合があります。事前に、医師や薬剤師に相談するなどし、必要な薬を用意してください。

また、山にはマダニの生息も確認されています。屋外での活動時は、長袖・長ズボンを着用し、腕や足等の露出がないようにしてください。

(3) 薬を持参する人は、「野外学習中の緊急連絡先」に記入してご提出ください。

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」がわかるように、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。

(4) 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します。女子については、月経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しください。

(5) 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
野外学習前の健康チェックカード	10月24・25・26・29・30日 毎日サインをお願いします。
野外学習事前保健調査票	10月2日(火)
野外学習中の緊急連絡先	10月11日(木)
野外学習中・野外学習後の健康チェックカード	11月5日(月)

