

修学旅行時の子ども達の健康・安全について

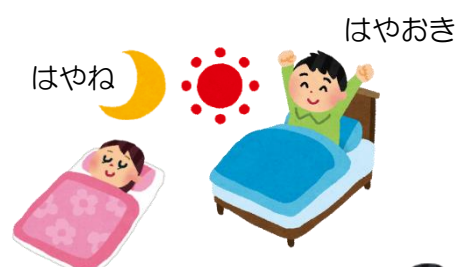


生活リズムを整え、体調を万全にして出発したいと思います。また、子ども達はこの機会に自分で自分の健康について考え、自己管理するよいチャンスです。次の事に注意して、楽しく収穫の多い修学旅行にしていきましょう。ご家庭でもお子さんの生活リズムや健康状態に気をつけていただき、健康管理にご協力ください。

出発前

1 規則正しい生活をし、体調を整えましょう

- (1)十分な睡眠（8～9時間）と休養をとりましょう。
- (2)偏食をなくし、なんでも食べるようにしましょう。
 - ・空腹は、乗り物酔い情緒不安定の原因になります。
- (3)毎日、排便の習慣をつけましょう。
 - ・便秘は、乗り物酔い・腹痛の原因になります。
 - ・便秘ぎみの児童は、起床後コップ一杯の水をのむと腸を刺激して便通がよくなります。



2 病気のある児童は、治療を受けましょう

- (1)むし歯、鼻炎、喘息、カゼ（発熱）、胃腸炎（下痢）など。
- (2)慢性の病気、治療中の病気のある児童、また体調がおもわしくない児童は、かかりつけのお医者さんに旅行の参加について相談してください。（できるだけ詳しい処置の仕方を書いてもらって提出する）

保健面から持参すべきもの

- | | |
|---------------------------------------|------------------------|
| ①病気の治療をしている子は医師が指示した薬 | ②マスク 1日 2, 3枚程度（ビニール袋） |
| ③酔い止め薬・服用している薬（必要な分） | ④女子は生理用品（必要な分） |
| ⑤健康観察ファイル（体温計は、非接触を学校から持っていく、健康観察を実施） | |

3 薬品の持参について（事前に、担任の先生、養護教諭へ知らせてください。）

- (1)喘息、心臓病、腎臓病、アレルギー体質、その他の病気で薬を服用している児童は、主治医と相談し必要な薬を持参させてください。
- (2)乗り物に酔う児童は、酔い止めの薬を各自持参し、当日は登校前に服用しましょう。
- (3)生理痛や頭痛の持病がある児童は、使い慣れた薬を持参させてください。

<注意事項>

- *自分が持ってきた薬は、お友達にあげない。（副作用の原因となります。）
- *飲み方・容量など病院や薬局で指導を受け、児童と一緒に確認してください。



出発前・当日

- (1) 前日は、早めに入浴し、9時半には寝るようにしましょう。6時には、起床し朝食はいつも通りしっかり食べましょう。
- (2) 朝の健康観察をして、熱がある場合や体調不良があるときは担任へ連絡下さい。
- (3) 感染症（新型コロナウイルス）に罹っている場合または、発熱がある場合は参加できませんので気をつけましょう。
- (4) 靴は履き慣れたものにししましょう。

帰宅後

- (1) 帰宅後はゆっくり休養しましょう。
- (2) 発熱や下痢などの症状が続く場合は、病院へ受診し、学校へも連絡してください。

(米須小学校：098-997-4511)



緊急時の対応について

- (1) 当日、発熱や感染症等で参加できない場合

通常は、**電話** 8:15~8:30間 **メール** 8:30までに欠席の連絡ですが、

※ 緊急連絡先は、いつでも連絡がとれるようにし、現地へのお迎えをお願いします。



修学旅行の出発日 7:00~7:30間に電話またはメールにてご連絡をお願いします。

- (2) 修学旅行中にケガや病気が発生した場合

学校または宿泊先より保護者の方に第一報をいれます。(ホテルみゆきビーチ:098(967)8031
応急手当をして対応できる場合や、医療機関の受診をする場合があります。その際、現地へのお迎えをお願いします。宿泊先が名護ですので、いつでも運転ができるようにお願いします。

*学校管理下（修学旅行での発熱・ケガ含む）でのケガや疾病の場合（1500円以上）は、日本スポーツ振興センターの保険を申請します。一度自己負担してもらい申請後給付されます。1500円以下の医療費の場合には、子ども医療費助成にて対応していただきますので、**緊急時の場合には、保険証、子ども医療費助成（ピンクのカード）をご持参ください。**



感染症の対応について

新型コロナウイルスのマニュアルは、5類移行後廃止されましたのでマスクの着用は個人の判断といたしますが、コロナ・インフルエンザ等の流行時は、バスなどの三密の場面ではマスクを着用して対応したいと思います。

提出物について

- ① 修学旅行前の健康調査票（疾病等や気になる事について）

説明会にて回収 最終締切 10月31日（火）

- ② 健康観察チェックシート（1週間前より記録）

健康面・安全面に気をつけて
楽しく思い出に残る
修学旅行になりますように★

