

ほけんばつ

鳩山町立鳩山中学校
修学旅行号

令和4年11月30日

充実した修学旅行・楽しい思い出は、健康から・・・

普段の生活と同じですが、何をしても、まず健康が第一ではありませんか？
心や体に不調があると、充実した旅行になりません。楽しい思い出もできません。
健康チェックが始まり1週間が経ちました。体調は、どうですか？

あと1週間で修学旅行です。一人ひとりが出発までの健康管理をしっかりと行い、旅行に備えましょう。



【特に注意して欲しいこと】

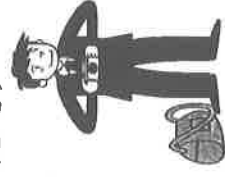
〈出発前〉

- ① 毎日、検温をし、必ず体調チェックをおこなう。
- ② 体調が悪い時は、かかりつけの病院を受診し、医師の指示を受ける。
- ③ けが・病気などで受診中の人は、旅行中に気をつける事などを聞いておく。

薬が必要な人は、もらっておく。

- ④ 旅行までは、必要のない外出は、控える。(病気の感染機会を減らす。)
- ⑤ 下記の時は、修学旅行に行くことができなくなります。注意してください。
 - 新型コロナウイルス感染症に感染した場合。
 - 同居の家族等が新型コロナウイルス感染症に感染した場合。
(濃厚接触者となった場合) 身近な人の健康も「大事」!!
 - インフルエンザにかかった場合。(12月2日以降にかかった時)
 - その他の感染症にかかった場合。

※病気にかかると医師の許可が出ないと行けません。



〈出発～旅行中〉

- ① 出発時間が早いです。前日は早く寝ましょう。
- ② 37度0分以上の発熱がある場合や発熱がなくても、体調が悪い場合は、参加を見合わせてください。
- ③ 出発後、体調が悪い場合は、無理をせず、早めに先生に相談しましょう。
- ④ 友達同士で薬の貸し借りはできません。
- ⑤ 夜は、早めに休み、翌日に備えましょう。



※心配なことがある人は、事前に相談してください。
しっかり準備をし、安心で楽しい旅にしましょう。