



宿泊学習号

令和7年10月9日 大田市立志学小学校保健室

宿泊体験学習が近づいてきましたね。学校を離れ自然の中で学習する、貴重な機会です。しっかり学ぶために、体調管理には気をつけて過ごしましょう。

✿ 薬は、人にあげない、もらわない！

いつも飲んでいる薬がある人、乗り物よいをする人は、薬の準備はできていますか？薬は、一人一人に合ったものを飲んでいることと思います。体に合わない薬を飲むと、じんましんが出るなど、調子が悪くなることがあります。「薬は、人にあげない、もらわない」を守りましょう。

また、だれがいつ飲む薬かが分かるように、薬の袋や箱には、必ず名前と飲むときを書いて持って来るようにしてください。



✿ 体調を整えるために・・・

【前日】

①消化しやすい食べものを、腹八分目までを目安に食べましょう。



【当日】

①交流の家に着いたらすぐに登山をします。エネルギー不足にならないように、朝ご飯は必ず食べて来ましょう。



②体調が悪くなったときは、早めに先生たちに言いましょう。



保護者のみなさまへ

先日は、宿泊体験学習前健康調査にご協力いただきありがとうございました。

当日は、大きな負傷のないように指導していきますが、お子さんの体調が悪くなったりけがをしたりされた場合は、事前調査に記入していただいた緊急連絡先にご連絡させていただきます。昼夜ともに、確実に連絡がつくようご準備いただきますようお願いします。