

7 費用について

※予算 28000 円は教材費で徴収済みです。

○ 宿舎での食事（朝夕2食）×2泊	3,000 円
○ スキー場施設使用料（リフト代込み）	5,200 円
○ レンタル（全てレンタルした場合）	12,400 円
・ウエア（上下）	(4,400 円)
・スキー3点セット用具（板・ブーツ・ストック）	(4,800 円)
・小物セット（グローブ・ゴーグル・帽子）	(3,200 円)
○ インストラクター代	2,200 円
○ スキー場昼食×2日	2,200 円
○ 写真代2枚（クラス、実習班）	1,200 円
○ 旅行傷害保険	247 円
	計 26,447 円

○参加申し込み人数によって、インストラクターの人数に変更が出る場合があります。
○参加人数は1月上旬に確定します。それ以降不参加になった場合、返金できない項場合がありますのでご承知おきください。

令和5年度 自然教室実施要項 保護者説明会資料

- 1 目的 (1) 生涯にわたって取り組める「スキー」の基本的な技術とマナーを身につけ、冬のスポーツの楽しさを体験させるとともに、ねばり強く努力し、体力の向上を図る。
(2) 企画・実行を通して、時間を意識して先を見通した計画を立て行動する力を養う。
(3) 集団で行動するうえでの協力性、各自が判断し行動する責任感を養う。
(4) 団体行動を通じて、集団生活のきまりや公衆道徳を身につけるとともに、仲間意識を高め、決まりを守れる力を養う。

2 期日 令和6年1月17日（水）～19日（金）

3 場所 「カモウズ 清里スキー場」 山梨県北杜市大泉町西井出 8240-1
TEL 0551-48-4111 FAX 0551-48-4664

4 引率 鶴崎校長、富成、本田、森口、宇野、波多野、高崎、小林、近藤

5 宿舎 「三鷹市川上郷自然の村」 長野県南佐久郡川上村大字原 591-362
TEL 0267-97-3206 FAX 0267-97-3207

6 内容

1日目

	バス		バス		バス		バス	
学校 (8:00)	—	双葉 SA (10:30)	—	宿舎（昼食） (11:30)	—	スキー場 (13:00)	—	宿舎 (17:00)

2日目

		バス		バス		
		宿舎 (8:30)	—	スキー場（昼食） (9:00)	—	宿舎 (17:00)

3日目

	バス		バス		バス	
宿舎 (8:30)	—	スキー場（昼食） (9:00)	—	談合坂 SA (13:30)	—	学校 (16:30)

8 生活の決まりなどについて

生活の決まりは原則、学校生活と同様です。集団生活が困難と判断した場合は、（病気以外であっても）保護者の方に迎えに来てもらう場合があります。
万が一、施設内のものを破損した場合、全て弁償となる場合があります。

9 服装について

- (1) ・出発時は五中ジャージ、中には以下のものを組み合わせて着てきます。
 気候に応じて調整できるように薄手のものを重ねるのがおすすめです。
 ・保温効果のあるインナー、タイツ、長袖シャツ、トレーナー、セーター、フリース、ハイネックのインナーなど。
 ・必要に応じてコートやウィンドブレーカー、スキーウエアなどで防寒する。
 ・厚手のソックスは履いてくるか、すぐ取り出せるところに入れておく。
- (2) ・スキー場では、出発時同様です(スキーレッスン中はその上にスキーウエアを着用)。
 ・安全対策として、グローブ・ゴーグル・帽子は必ず着用します。サングラスの着用は安全上の観点から禁止とします。
- (3) ・宿舎内では、部屋で過ごす服（寒さをしのげるように、以下のものを推奨）
 ジャージ、トレーナー、セーター、ヒートテックインナー、タイツ、パーカー、ウィンドブレーカー、靴下、パジャマ（部屋の中のみ） *スカート不可
- (4) ・帰りは、スキー場から直接帰ります。
 *自然教室は厳冬の自然の中で過ごすことを十分に理解し、衣服のご準備をお願いいたします。また、川上村は東京に比べて気温がかなり低く、夜には-10℃以下になることもあります。防寒への配慮は忘れずにさせていただきます。

10 持ち物について

※持ち物には必ず記名してください。

◎必ず持っていくもの

しおり、筆記用具、生徒手帳、健康カード、体温計、リュック、一日目の弁当（捨てられる容器）、水筒(耐熱性)、着替え(宿舍、実習用)、靴下(宿舍用とスキー用：厚手のハイソックス)、パジャマ、洗面用具、バスタオル、タオル、ハンカチ、ティッシュ、体育館履き、下足用ビニール袋、マスク(6枚+予備)、常備薬

◎必要に応じて持っていくもの

- ・乾燥用クリーム等(無香料)、カイロ、手袋、ネックウォーマー、携帯用消毒液、三角巾(食事係)、日焼け止め
- ・スキー用品やウェア、小物を持参する場合(板、ストック、靴、ゴーグル、グローブ、帽子)
- ・ドライヤーは数部屋で1台しか使用できないので、クラス等で決めた人のみが持ってきます。※分電盤確認済み。複数使用ではブレーカーが簡単に落ちてしまいます。

◎持ってきてはいけないもの

カメラ、携帯電話、ゲーム機など。判断基準は学校生活と同じです。

11 事故対策

(1) 予想される事故・災害

- ①インフルエンザ・新型コロナウイルス、ノロウイルスなどの集団感染症
- ②交通機関利用時・歩行時の交通事故
- ③スキー実習中の事故
- ④火災・地震・雪崩
- ⑤その他

(2) 事故対策

①傷病者対策

- 1) 事前健康診断・・・出発前に健康相談を実施し、体調不良者や疾病者の症状を把握します。症状によっては保護者と相談し不参加とすることもあります。
- 2) バス乗車中・・・症状によっては保護者の迎えを要請します。
- 3) 現地・・・医療機関で診察を受け医師の指示に従います。発熱時は現地へのお迎えをしていただきます。

②医療費

現地での医療費は、保険証の写しを利用し保険医療扱いとします。学校で治療費を立て替え、後日実費を受け取ります。スポーツ振興センター扱いとするため、後日書類を養護教諭より受け取ります。

③緊急時対応施設など

保健所	佐久保健所	0267-63-3111
警察署	川上村原警察官駐在所	0267-97-2003
消防署	南部消防署川上分遣所	0267-97-3111
病院	川上村診療所	0267-97-3216
	木村医院(分院)	0267-97-3412
	鈴木歯科医院	0267-97-3852
	佐久総合病院	0267-82-3131
	佐久総合病院小海町分院	0267-92-2076
	博愛眼科クリニック	0267-63-1300

④保険加入について

任意保険(247円)に加入します。

12 保健について

①事前健康相談について

1月11日(木)内科校医による事前健康相談を実施します。希望者と必要と思われる生徒が対象です。(事前に希望調査があります。)お子様の健康状態等について、心配な点や留意すべき点がありましたら、早めに担任または養護教諭までご相談ください。

②健康記録カードについて

1月12日(金)～1月20日(土)まで健康チェックカードにて毎日体温等を記入します。ご家庭でもご確認いただき体調が悪いときは早めに医療機関で受診してください。体温計の準備もお願いいたします。提出日を数日設けています。(感染対策のためご家族の健康状態も記入する欄があります。)

③内服薬について

学校では原則的に内服薬は出せません。体質上、飲み続けている内服薬(整腸剤や鎮痛剤など)がある場合は健康調査票に記入の上持たせてください。喘息が心配される場合には早めに主治医と相談し、予防薬や発作止めなどの準備をお願いします。天候や道路の状況によっては、医療機関まで1時間以上かかることもあります。薬を友達にあげたり、もらったりすることがないようにご家庭でもご指導をお願いします。

④食物アレルギーについて

食物アレルギー調査をもとに、学校給食に準じて対応します。今後心配な点が発生した場合は、遠慮なく担任までご連絡ください。

⑤出発前の健康観察について

出発当日の朝、体温が高い、嘔吐や下痢が続いている等、体調がすぐれない場合は参加を見合わせていただきますので、出発前の健康観察をお願いします。

(過去、施設内で多数の生徒が高熱をだしたという例もあります。無理をせず、適切な判断をお願いします。感染対策のためにもご家族の体調も含め参加のご判断をしてください。)

<緊急時の引き渡しについて>

病気や怪我、指導に従わず危険であると判断した場合、保護者に迎えに来ていただくことになります。

対応できる準備をお願いいたします。緊急連絡先に連絡が入った場合は、必ず対応をお願いいたします。どうしても出られない場合は、折り返し連絡を頂けると助かります。

1.2 今後の提出書類

- 参加申込書兼スキー経験、レンタル用品確認書（12/1（金）締め切り）
- 健康調査票（12月1日（金）締め切り）
- 保険証のコピー<封筒配布>（後日配布）

*期日までに提出するようご協力をお願いします。

