

ほけんだより

6月

令和7年6月17日

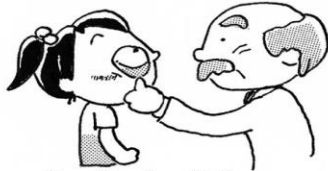
美旗小学校

保健室

今週よりプールが始まりました！

プールに入る前に注意すること

プールでうつりやすい病気



耳・鼻・目の病気が
ある人は治療しておく



つめを切っておく、
耳そうじをする、
前の日はよくねる



からだの調子が悪かったら、先生に伝える



■プール熱

39℃前後の熱、のどが痛くなる、目が赤くなるなどの症状があります。

■はやり目（流行性角結膜炎）

目やにが出る、目が赤くなるなどの症状があります。

■水いぼ

1～3mmくらいの白いイボができます。

▷予防のためには、①プール前後のシャワー、②うがい、③手を洗う、④タオルの貸し借りをしない、などが大切です。



☆おうちの方へのお願い

※水泳事故の防止のために、毎日、お子さんの体温測定、健康状態をチェックし、プールのある日は「学校水泳連絡カード」に記入していただき、参加か不参加かどちらかの欄に押印のうえ、水泳用品とともに持たせてください。

保護者の方が記入していただくよう、お願いします。

※耳鼻科検診、眼科検診の結果、受診の必要がある人は、受診をお願いします。目や耳の疾患があるままプールに入ると、症状が悪化したり、別の症状を引き起こしたりする場合があります。

睡眠不足や朝ごはんの欠食は、事故や熱中症の原因になることがあります。「早寝早起き朝ごはん」を心がけた生活をお願いいたします。

体のことで心配のあるおさんは事前にかかりつけ医師にご相談ください。

※けがをしている人で、絆創膏を貼っての入水はできません。

プール授業

ルールを守って

事故0に



プールサイドを走らない

すべて転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

ふざけない

水中でふざけると、溺れる原因になり、非常に危険です。

無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。

プールに入っている間にも熱中症になる可能性があります。

プールの前に水分補給をしましょう。

