

ほけんだより 6月号

2018. 6 上四条小学校 保健室 松野



6月18日(月)から、水泳学習が始まります。

持ち物の用意はできていますか？からだの調子はどうですか？

水泳学習は楽しいですが、一歩間違えると、命の危険にもつながる

学習です。《水泳学習のきまり》を守って、水泳学習に取り組んでくださいね。

プールが**始**まり**ま**す

プールには、一度にたくさんの方が入ります。水の中ではいつもと同じように体が動かないため、ふざけると、危険な目にあうおそれがあります。プールに入るときは、先生の言うことを聞いて、楽しいプール学習にしましょう。

**体調が悪いときは
家の人や先生に伝える**

体調が悪い人は家の人や先生に伝えて、プールは見学しましょう。

ふざけない・遊ばない

水の中で友だちを押ししたり引っ張ったりしてはいけません。息ができなくなったり、おぼれたりして危険性があります。

無理をしない

プールは体力を使うので、先生から休けいするように言われたら、必ず休むようにしましょう。

水泳学習のきまり

- 1 プール場のなかには、はだして入りましょう。
- 2 水泳前に用便をすませておきましょう。
- 3 危険なもの、浮き輪などは持ち込まないようにしましょう
- 4 準備運動をしっかりとしましょう。
- 5 入水前にシャワーで体をよく洗いましょう。
- 6 プールサイドでは走らないようにしましょう。
- 7 水中やプールサイドで悪ふざけをしないようにしましょう。
- 8 けがをしたり、気分が悪くなったらすぐ知らせましょう。
- 9 先生の話は静かに聞きましょう。
- 10 トイレに行く時と帰ってきたときは先生に知らせましょう。
- 11 水泳が終わったら、整理運動をしっかりと、目や体をしっかりと洗いましょう。
- 12 見学するときには、決められた場所で静かに見学しましょう。



《保護者のみなさまへ》

* プールカードにご家庭で朝の検温結果が書かれていない場合、保健室で検温することはできません。

* 当日、睡眠不足、欠食、発熱、頭痛、腹痛、下痢、過労等がある場合は、プールの入水をお控えください。これら以外でも、なにか異常がある場合は、慎重な判断をお願いします。

なお、水泳学習参加予定であっても、登校後に「体調がすぐれない」などの場合は参加できないこともあります。

* 以下にプールの入水基準を掲載しております。該当する場合は、

医師と十分にご相談したうえで、入水の決定をしてください。

プール入水基準

- ① 蛋白尿・糖尿・潜血に異常のある者は、精検の結果により学校園医または主治医が判定する。
- ② 心臓疾患の疑いのある者については、心電図の結果と日常一般状況により判定するが、いずれも精検のうえ学校園医または主治医の意見により決定する。
- ③ 耳鼻科関係では、耳だれの出ている者を除いて入水可とする。慢性中耳炎については、主治医の指導のもとに耳栓等の処理を施し、その後の管理を充分行う条件で入水可とする。
- ④ 眼科関係では、流行性角結膜炎・その他流行性眼疾患者は、治癒証明または入水可証明書を提出させる。
また、入水直前に健康状態に注意し、目が赤い・流涙・めやに・異物感等のある者は入水させない。
- ⑤ 過去、運動中に失神発作（脳貧血状態含む）等で倒れた者、あるいは入水前の準備体操中に倒れたことのある者は、けいれん、発作等に充分注意して入水させる。
- ⑥ 伝染性皮膚疾患については、学校園医または主治医の意見により決定する。