




すいえいがくしゅうごう 水泳学習号

令和5年6月16日
神石高原町立油木小学校 保健室



いよいよ来週から水泳学習が始まります。準備はしっかりできていますか？水泳学習を行う上で一番大切なことは、「安全に行う」ということです。体調が悪い時には無理をせず、プールのまわりを守り、事故のない楽しい水泳にしましょう！

☆ 水泳を行う前にチェック！ ☆

<p>手のつめ・ 足のつめを 短く切って おきましょう。</p> 	<p>検診で 所見があった人は 病院に行きましょう。</p> 
<p>朝ごはんを しっかり食べて 登校しましょう。</p> 	<p>睡眠時間は しっかりと とりましょう。</p> 

プールに入っているの？

とびひ

治るまで入れません。プールの水でうつることはありませんが、他の人と触れると悪化したり、うつすことがあるためです。

疥癬

治療を始めていけばプールに入れます（ただ角化型疥癬は感染力が強いため外出を控えます）。



皮膚の病気編

アタマジラミ

治療を始めていけばプールに入れます。でもタオルや水泳帽の貸し借りはやめましょう。

水いぼ

プールの水ではうつらないので、入ってもいいです。でもタオルやビート板を一緒に使うとうつることがあるので注意しましょう。プールの後はシャワーできれいにしましょう。



保護者の方へ

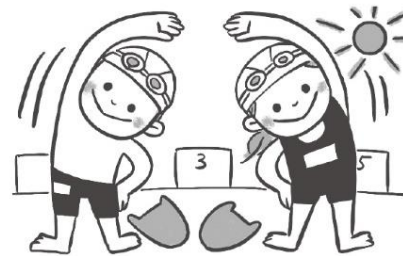
保護者のかたへ おわがいにです

来週、健康観察カードを配付します。水泳学習のある日には、必ず健康観察カードをおうちで書いて、学校に持参させてください。健康観察カードに記入が無い場合は、プールに入れません。よろしくお願いいたします。

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。

広島県で咽頭結膜熱警報が出ています！

咽頭結膜熱（プール熱）とは・・・アデノウイルスによる子どもの急性ウイルス性感染症です。

○症状

- 発熱、頭痛、食欲がない、体がだるい
- のどが痛い
- 目が痛い、目が充血する（一般的に片方から始まり、その後もう片方にも症状が出ます。）

○予防方法など

- 感染者とはできるだけ会わないようにしましょう。
- せっけんによる『手洗い』と『うがい』が予防の基本です。
- プールからあがった時は、シャワーを浴び、うがいをしましょう。
- 友達タオルなどは一緒に使わないようにしましょう。

咽頭結膜熱（プール熱）にかかったら、出席停止となり学校に来ることができません。

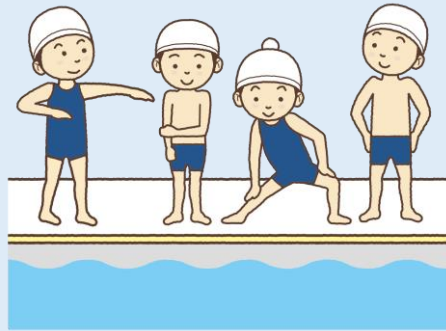
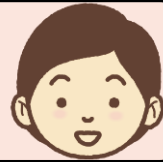
出席停止の期間：症状がなくなった後2日を経過するまで



じぶん からだ ともだち からだ たいせつ
自分の体、友達のを大切にしよう

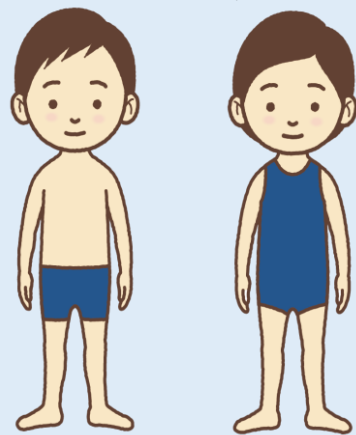


自分のからだは自分だけのもので
とっても大切だよ



おうちでお風呂に入るときは
水着を着ないのに、
プールに入るときは、
どうして水着を着るのかな？

水着で隠れているところは
自分だけの大切なところ
(プライベートゾーン)



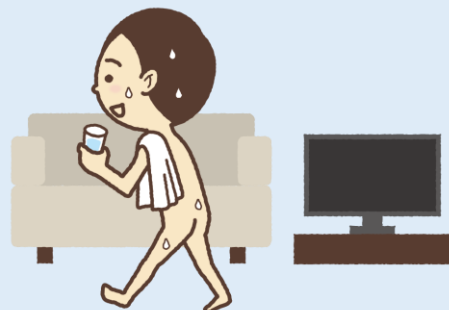
だからだよ

いろいろな人に 見せるところ
じゃないんだね！

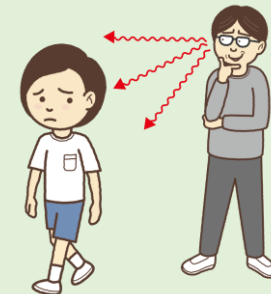
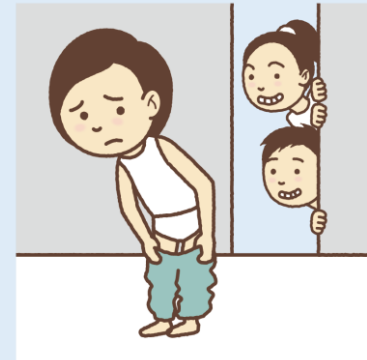
口・顔 も大切だよ！



水着で隠れているところは、
ほかの人にみせたり、
さわらせたりしない
ようにしよう



ほかの人の水着で隠れているところも
大切で、見たり、
さわったりしないようにしよう



いきなり触られたり、
じろじろ見られたりしたら
びっくりしたりいやな気持ちになるよね

自分だけの大切なところを
さわられていやな気持ちになったら、
「いやだ！」といおう。にげよう。
あんしんできる大人におはなししよう。

いやだ！

