



令和6年6月9日
柏市立田中小学校

水泳の授業が始まります！

6月から水泳の授業が始まります。水泳の学習が楽しく、健康に始められるように、しっかりと準備を整えておきましょう。お子様と一緒にご確認ください。

①耳の掃除はしてありますか？

耳垢があるとプールに入って膨らんで、耳が聞こえにくくなる場合があります。耳・鼻・目に病気がある人や、耳鼻科検診、眼科検診でお知らせをもらった人は、プールが始まる前までに病院を受診するようにしてください。

②手足の爪を短く切りましたか？

爪は、伸びすぎていると周りの人に痛い思いをさせてしまいます。

③絆創膏を貼るようなけがをしていませんか？

絆創膏を外すことができないけががあるときは、プールに入れません。



④朝ごはんをしっかりと食べましたか？

お腹が空いた状態だと具合が悪くなる可能性があります。

しっかり朝ごはんを食べましょう。

⑤しっかり眠れましたか？

睡眠不足や疲れがたまっているとき、プールに入るのはとても危険です。

⑥当日の朝、健康チェックと体温測定をして、体調が悪い場合には無理をしないようにしましょう。

水泳学習は、他の運動よりも全身を動かし、エネルギーをたくさん使います。水泳の学習がある日の朝は、ご家庭でも健康観察を含めて、体調のチェックをお願いします。

プールで気をつけたい感染症について

咽頭結膜熱（プール熱）

プールなどの水を介して感染することが多いので、プール熱ともいわれています。感染力が強く、飛沫・接触による感染にも注意が必要です。

●主な症状

- ・39～40度の高熱
- ・のどの腫れと強い痛み
- ・目の充血や痛み、目やに

●予防方法

手洗い、うがい プール後は特に念入りに！目もしっかり洗う。

学校感染症の一つで、出席停止の対象となります。



アタマジラミ

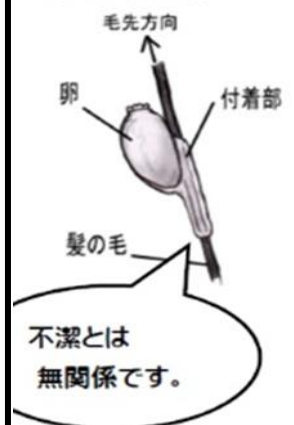
プールなどの水を介してうつることはありませんが、頭髮同士の接触や、タオル・くし・水泳帽など頭に触れるものの共用で感染します。必ず自分のものを使うようご家庭でもご指導ください。

●特徴

- ・フケとは異なり、指でつまんでも簡単に髪から離れません。
- ・卵は灰白色で、髪の毛の根元近くに産み付けられます。

※もし、卵や成虫が見つかった場合は、病院を受診してください。
また、感染拡大を防ぐため、学校にもご連絡ください。

アタマジラミの卵



その他感染症

手足口病



水いぼ （伝染性軟属腫）



はやり目 （流行性角結膜炎）



腸管出血性 大腸菌感染症



プールの前と後は、お子さんの様子を見てあげてください。
感染症にかかった場合は、必ず学校にご連絡をお願いします。