



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お願いします。

### 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ことがあります。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、プールに入るにはとても危険です。

### 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

学校感染症の一つで、出席停止の対象となります。

### ●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。

## 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、頭髪同士の接触や、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

(伝染性軟膿腫)



### 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。