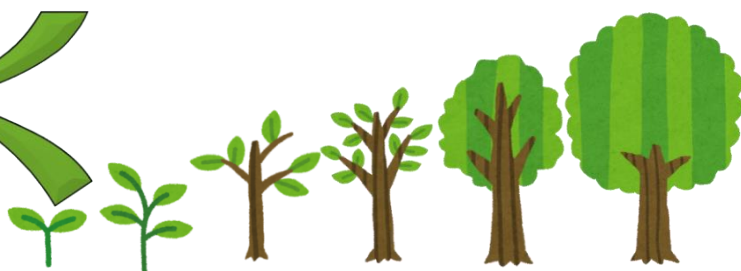


すくすく



令和4年6月27日(月)

水泳学習がはじまります

まもなく水泳学習がはじまります。今年も感染症対策をしっかりと行いながら実施いたします。水の中の学習に無理は禁物です。体調の悪いときは無理をさせないように、よろしくお願いします。



激しい運動の後や、疲労している場合には、プールに入ることができません。水泳学習の前日は特に寝不足にならないようお子さんに声をかけ、当日の朝は必ず朝食を食べてから登校させてください。当日の朝は、お子さんの様子をご覧になり、後日配付の「水泳学習健康観察カード」に記入・捺印してお子さんに持たせてください。

体調の悪いときは無理をさせず「参加できない」に○をつけてください。また、「参加できる」に○がしてあっても、その日の気温や登校後の体調によって、プールに入らない判断を学校側ですることもあります。水泳学習を安全に事故なく実施するため、どうぞご理解ください。

お願いします

レジ袋2枚

(大きめのビニール袋)

アタマジラミ 対策として

札幌市内では季節を問わずアタマジラミ発生が報告されます。前田小学校では、予防の意味で衣服やバスタオルが他の児童のものと接触しないように水泳学習を実施したいと考えておりますので、ご協力をよろしくお願いします。ビニール袋2枚をプールバッグに入れて持たせてください。

- 1枚は、脱いだ衣服を更衣室に置くと、棚に直接置かずに入れるために使用します。
- 1枚は、バスタオルを入れてプールサイドに置くために使用します。
- 水泳帽、バスタオルの貸し借りはできませんので、忘れないようにご準備をお願いします。

アタマジラミって？

アタマジラミは人の血を吸って生きている害虫で、吸血されたあとは激しいかゆみに悩まされます。成虫は3mm程度で、卵は1mmくらいで白っぽくフケのように見えますが、指でとろうとしても簡単に動かないのが特徴です。耳の後ろに発生しやすいと言われます。

皮膚科を受診して薬を使用し、駆除すれば2週間ほどでいなくなり、日常生活に支障はありません。

ご家庭でも今一度、お子さんの様子をご覧ください。気になる様子がありましたら皮膚科を受診してください。もしもアタマジラミが見つかったら、学校へもどうぞお知らせください。

アタマジラミの卵

毛先方向

卵

髪の毛



アタマジラミの成虫

水泳学習について気を付けたいこと

※お子さんと一緒に読んで、必ず確認してください。

プールでの学習は楽しいものですが、きまりを守らないと、いのちにかかわる大きな事故をおこしてしまうこともあります。きまりを守って、楽しい水泳学習にしましょう。

前の日



- 手や足のつめをみじかく切る。
- ねぶそくにならないように、早めにねる。

プールの中では



- じゅんぴ運動はしっかり。
- ぐあいが悪くなったり、足が痛くなったりしたら、すぐ水から上がり、先生や友だちに知らせる。
- 先生の話をよく聞き、約束は必ず守る。

水泳学習の日

- 必ず、朝ごはんを食べてくる。
- ヘアピンなどはつけない。



※ばんそうこう・しっぴなどをはったままでは、プールにはいれません。

※「水泳学習健康観察カード」をおうちの人に書いてもらい、忘れずに持ってくる。

休けいするとき

- タオルでからだ全体をよくふく。
- 足や手を水に入れない。



(からだがあたたまらないため)

- プールサイドを走らない。

きがえるときは

ビニールぶくろ
2枚を忘れずに！

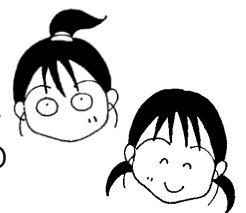
- ぬいだ服は、もってきたビニールぶくろに入れてから、たなにおく。
- バスタオルは、ビニールぶくろに入れて、プールサイドに持っていく。

おわったら



- シャワーでからだ全体をよく洗い、目は、やさしく洗う。
- からだや、かみの毛をよくふく。

※かみの毛の長い人は、ぬれたかみの毛が、かたにつくと、服もぬれてしまい、からだがかえってしまいます。むすぶ・おだんごにするなど、ヘアスタイルのくふうをしてください。



※水泳学習中はマスクを外して行いますので、マスクを入れるケースやジップ袋を持たせてください。

＜家に帰ったら、からだを冷やさないように注意してゆっくり休みましょう。＞