



すこやか



水泳学習特別号

令和5年(2023年)6月21日
札幌市立美しが丘小学校
保護者向け保健だより

6月も後半になり、暑さを感じる日が増えてきました。汗だくになりながら外で元気に遊んでいる姿を見て、今年も夏がやってきたな…と感じています。元気に過ごすために、水分補給や休養がさらに大切になってきます。学校では、これからもこまめな水分補給と休憩の声掛けを行ってまいりますので、ご家庭でも、お子さんの様子を見ていただき、体調がすぐれない場合は家で休養していただきますよう、よろしくお願いいたします。

………水泳学習が始まります………

絆創膏のお願い

絆創膏類をつけないといけないような、ジュクジュクした傷は、傷口がしみたり、化膿したりすることがあります。

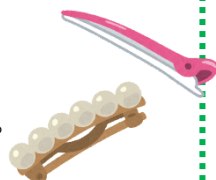
学校のプールでは、かさぶたになり、絆創膏が必要ない傷の場合は水泳学習に参加できます。

また、防水で、水に濡れてもはがれない絆創膏により、傷口がしっかり覆われている場合は参加できますので、ご家庭でお子さんと相談してください。



けが防止のために

ヘアピンをつけたまま、プールに入ると、取れてしまったヘアピンでけがをしてみたり、排水溝に詰まってしまうことがあります。プールの際は外すか、朝から付けてこないようにお願いします。



また、**水泳帽の着用は必須**になります。

髪の毛がプールの排水溝に引き込まれる事故を防ぐためです。ご協力よろしくお願いいたします。



耳垢大丈夫??

耳垢がたまった状態でプールに入ってしまうと、耳垢がスポンジのようにふやけてしまうため、耳を塞いでしまい、音がこもって聞こえたり、難聴になってしまったりすることがあります。また、外耳道の感染症や外耳炎を起こす頻度も高まってしまうといわれています。

手前にあって見えている耳垢はご家庭で耳掃除をしてみてもいいのでしょうか。



たくさんの目やには要注意

目の充血や目やにが出やすい、のどの奥の痛みがある場合、プール熱の可能性があります。アデノウイルスが原因の感染症で、プールの水、タオル等を介して感染します。水泳学習前のお子さんの様子はどうか?水泳学習当日のお子さんの様子を見る際に「目の充血、目やに」にも注目してください。



水泳学習健康調査表に押印がない場合(サイン不可)、忘れもの(水泳帽子、バスタオル等)をした場合、プールには入ることができません。学校から、確認の電話連絡はしません。押印や持ち物の確認をよろしくお願いいたします。また、登校中に忘れ物を取りに戻ることをしないようよろしくお願いいたします。