6月 すこやか

熊山市立神戸小学校
保健室
NO.16
平成22年 6月17日

もうすぐ、プール開きです！

水泳は、からだをきたえたり、自分の命を守ったりするために、とても大切な運動です。しかし、約束を守らないと大きな事故につながることもあります。自分のからだの調子や安全に気をつけて、水泳を楽しみましょう。

～プールに入る前には・・・～

からだの安全点検をわすれずに！

① 前の日、おふろに入ったときに…

手と足のつめがのびていないか、チェック。

② 朝、体温をはかってチェック。

あなたの健康安全のために…

③ 目は赤くなっていませんか？ 鼻や耳は…？

お医者さんに相談しましょう。

保健室からお家の方へ

「水泳健康観察カード」の記入をお願いします。

このカードは、水泳のある日の朝、お子さんの健康状態を「家庭」と「学校」の双方で観察するためのものです。記入するときは、お家の方とお子さんが一緒に、一つずつチェックしてください。

〈水泳健康観察カード〉の記入について

項目＼月日	
元気があった	
よく寝れた	
かぜをひいていない	
目の異常はない	
のどの異常はない	
頭痛・下痢はない	
吐き気はない	
皮膚の異常はない	
熱の有無	
保護者印	水泳に参加
	水泳に不参加
担任印	

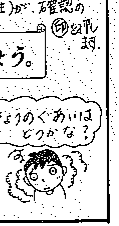
・異常のないときは、○
・異常のあるときは、×
を記入します。

◎具合の悪いときに水泳をすると、状態が悪化したり、「力の原因になったりします。また、病気によっては友だちにうつすことにもなりかねません。

→水泳のある日の朝は、ゆすいでおかります。

→以上のことから、どちらかに押印をします。

→担任の先生(又は、それにかわる先生)が、確認の印を押します。

朝、必ず、からだの様子をチェックしましょう。

おきさんのことは、お家の方がいちばん知っています。様子がおかしいときは、一声かけてください。