

ほけんだより

2017.6.22

NO. 4

鏡西部小学校



いえひと いっしょよ
家の人と一緒に読みましょう

いよいよ明日はプール開きです。先週はみんなでプールそうじをがんばりましたね。
水着や水泳帽子などの準備はもちろんですが、一番大切なのは体調管理です。
けがや病気にならないためにも、朝の健康観察や衛生管理をきちんとしておきましょうね!

プールに入る前にチェックしよう!

★全身



- 次のような様子はありませんか
- ・ 元気がない
- ・ ぐったりしている
- ・ 顔色が悪い
- ・ 食欲がない
- 次のような症状はありませんか
- ・ 熱がある
- ・ 皮ふがかぶれている
- ・ けがをしている

★耳

- ・ 耳がいたい



★おなか

- ・ おなかがいたい
- ・ げりをしている
- ・ 嘔吐や吐き気



★目

- ・ 目やにがでている
- ・ 充血している
- ・ 涙目になっている



★鼻

- ・ 鼻水がでている
- ・ 鼻がつまっている



□ つめはきりましたか? …ぶつかるとケガにつながります。手や足のつめは短く切りましょう。

□ 朝ごはんは食べましたか? …水泳は全身を動かすため、体力をつかいます。体調をくずさないためにもしっかりと朝ごはんを食べましょう。

保護者のみなさまへ



プールで気をつけたい感染症

- 咽頭結膜熱（プール熱）
- 伝染性膿痂疹（とびひ）
- 流行性角結膜炎（はやりめ）
- 急性出血性結膜炎
- 腸管出血性大腸菌感染症

上記の感染症にかかった場合はプールには入れません。また、出席停止の対象にもなりますので、医療機関で受診された場合は学校へお知らせください。