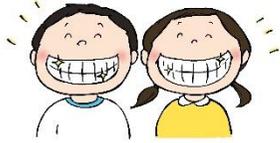


# にっこり



No.4

R3年7月7日

上天草市立龍ヶ岳小学校

文責：大谷 佳那子



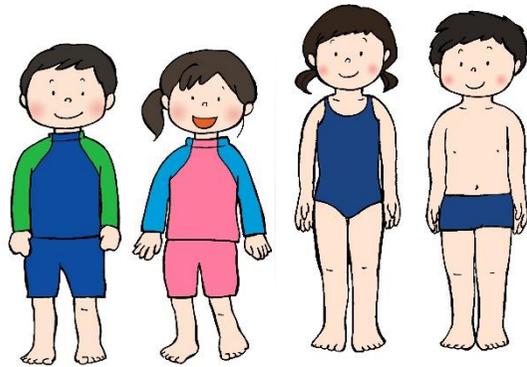
今年の梅雨は長いですね。じめじめしたうえに、気温が高いと熱中症になりやすくなります。熱中症予防にはこまめに水分をとることが大切ですが、じつはマスクをしていると、のどのかわきに気づきにくいそうです。休み時間には水分補給をすすんでするようにしましょう。

## プライベートゾーン

「プライベートゾーン」という言葉を聞いたことはありますか？1年生は6月の始めに一緒に勉強しました。2年生は去年一緒に勉強しました。覚えていますか？

「プライベートゾーン」とは水着でかくれる部分で、自分以外の人に見られたり、さわられたりしない、自分だけの大切な場所のことです。

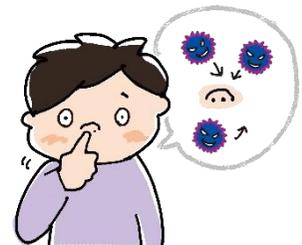
プールで水着に着替えていますか、タオルできちんとかくしていますか？例え仲のいいお友だちでも見せたり、見ようとしたりしません。



先生たちが気になっていることがあります。

それは、鼻をほじって、食べてしまう人がいることです。じつは鼻の中には「黄色ブドウ球菌」という菌がいて、それが手について食べ物につくと食中毒の原因になりますし、傷口につけたままだと、とびひの原因になります。

鼻をほじるのは悪くありませんが、ほじったあとにきちんと手を洗い、鼻くそをティッシュにくるんで捨てるようにしましょう。



## がくしゅう き プール学習で気をつけたいこと



★感染症など

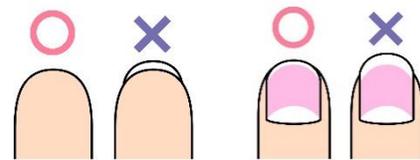
<p>プール熱</p> 	<p>アタマジラミ</p> 	<p>みずいぼ</p> 
<p>のどの痛み、目の充血、発熱があります。</p>	<p>頭に住みついて、シラミに血をすわれるとかゆくなります</p>	<p>1～3ミリの丸いイボができます。痛みやかゆみはありません。</p>

また、虫さされなどから「とびひ」になってしまう人もいます。これらの病気にかかった人はプールには入れませんので、学校にお知らせください。プール熱は出席停止になります。これらが広がるのを防ぐために…



## タオル・くしは自分のものをつかきましょう!

★つめについて(手も足も)



とくに水泳学習のあるときは手と足のつめは短く整えておきましょう。なぜつめを短くしておかなければならないのでしょうか。

①人を傷つけないため、自分を傷つけないため。

以前水泳学習のときに階段で足の親指のつめが全部はがれた人がいました。つめがのびていたため、ひっかかったのです。友だちと自分を守るためにつめは短く整えましょう。



②手の清潔を守るため。

手を洗っても、のびたつめの中のゴミはとれにくいですが、そのゴミの中にはたくさんの菌が住みついています。清潔にするためにもつめを短くしておく必要があります。

