

あ い し ょ う ハートフル相小

令和6年6月22日
相原小学校
ほけんだより No.5


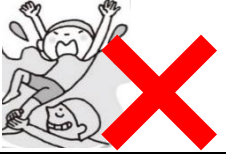
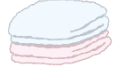



すいえいがくしゅう
水泳学習がはじまりました。プールの楽しい
はんめん、ちょっとしたゆだんがけがや事故につながる
ことがあります。せんせい、はなしをよくきき、ルール
まもあんぜん、かつどうを守って安全に活動しましょう！

プールにはいるまえに

| | |
|---|--|
| しっかりすいみんをとり たいちよう 体調をととのえる  | あさ、ひと 朝、おうちの人と けんこうかんさつ 健康観察をする  |
| てあし、つめ、き 手足の爪を切っておく (けが予防)  | じゅんびたいそう 準備体操は しっかりと  |

プールでのやくそく

| | |
|--|--|
| プールサイドは はし 走らない  | ともだちに いたずらをしない  |
| タオルなどのかか 貸し借りをしない ※必ず自分のものを使う  | たいちよう、わる 体調が悪くなったら すぐにせんせい、つた えに伝える  |

て、からだ、あう
プールのあとは手や体をしっかり洗おう！



～保護者の方へ～ プールで気をつけたい病気について

咽頭結膜熱(プール熱)

※出席停止※

プールを介した感染率が高いことから「プール熱」と呼ばれています。高熱、喉の腫れ、結膜炎などを伴い、かぜに似た症状が出ます。



流行性角結膜炎(流行り目)

充血、目やに、ごろごろした異物感の他、発熱を伴うことがあります。

※出席停止ではありませんが、プールに入れる時期については主治医の指示に従ってください。

アタマジラミ

プールの水を介してうつることはありませんが、タオル・くし・水泳帽子などの共用で感染することがあります。



特徴 卵は白っぽい灰色で、髪の毛の根元に卵を産みます。フケとは違い、手で払っても簡単には落ちません。※不潔とは関係ありません※

伝染性膿痂疹(とびひ)

虫刺されやあせも、傷口などを手で触ったりかいたりすると、菌が繁殖して皮膚がただれたり、水ぶくれやかさぶたになったりします。患部を触った手で他の場所を触れると、さらに広がります。プールの水ではうつりませんが、接触により感染するおそれがあります。



手足口病

夏場に流行することが多く、風邪に似た症状を伴うことがあります。手足や口の中に水ぼうやや赤い湿疹が出るのが特徴で、飛沫感染します。

プライベートゾーンってなあに？

「プライベートゾーン」って なんだか知っていますか？

「プライベートゾーン」とは「自分だけの場所」という意味です。

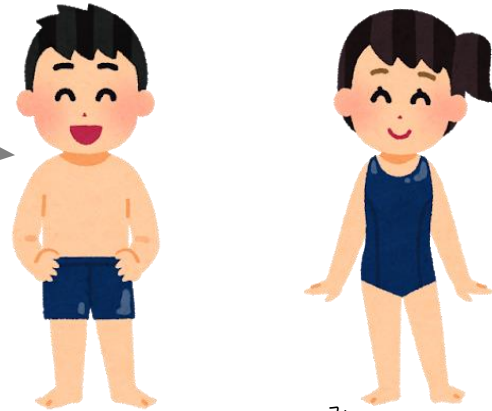
体のなかで、水着でかくれるところや 口のことをいいます。



自分だけの大切な場所なので、かんたんに人に見せたり、さわらせたりしてはいけません。

友だちでも おうちの人でも、むりやり見たり さわったりしてはいけない場所です。

水着でかかれていないこともあ
りますが、口や男の子の胸もプ
ライベートゾーンです。



もちろん、ほかの人のプライベートゾーンをかってに見たり、さわったりするのもいけません。

あなたのプライベートゾーンをことわりもなく見たがったり、さわりたいがる人には、

「いやだ」とはっきり言いましょう。

こまったことがあったら、おうちの人や先生に相談してくださいね。