



ほけんだより ～プール学習に向けて～



R6. 6. 19

吉原小 NO. 4

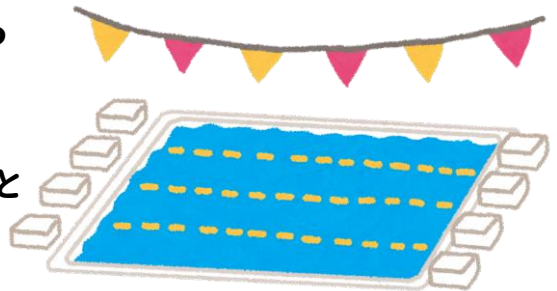
おうちの人と一緒に読んでね。

来週は、みなさんが楽しみにしている

プール学習が始まります♪

健康に楽しく始められるように、しっかりと

準備を整えておきましょう。



保護者のみなさま、チェックよろしくお願ひします。

★耳・鼻・目の病気がある人は、はやめに治しておこう。

★手足の爪をみじかく切って、耳掃除もやっておこう。

★前の日は早く寝て、体を休めよう。

★朝ごはんをしっかり食べよう。

★必ず当日の朝、健康チェックをして、体調がわるい場合は無理をしない。



じぶんでもかくにんしよう♪



チェックポイント

- ①ぐっすりねおれましたか？
- ②ねつはありませんか？
- ③かおいろはいつもどおりですか？
- ④つめはみじかくきりましたか？
- ⑤おなかをこわしていませんか？
- ⑥あさごはんをしっかりたべましたか？
- ⑦ジュクジュクしたキズはありませんか？
- ⑧め・はな・のど・みみにいじょうはありませんか？

プールは楽しい反面、危険とも
なりあわせです。



ちょっとした油断が、事故につな
がります。

先生の指示をよく聞いて、

プールでの約束・ルールを
しっかりまもりましょう。





プールで気をつけたい感染症について

30度～40度程の熱

4、5日続く

目の充血

目ヤニ

のどの腫れ

のどの痛み



咽頭結膜熱（プール熱）

プールなどの水を介して感染することが多いので、プール熱とも言われています。

感染力が強く、飛沫・接触による感染にも注意が必要です。

●主な症状

- ・39～40度の高熱
- ・喉の腫れと強い痛み
- ・目の充血や痛み、目やに

●予防方法

- ・手洗い、うがい
- ・プール後は特に念入りに！目もしっかり洗う。

学校感染症の一つで、出席停止の対象となります。



アタマジラミ

アタマジラミは人の血を吸って生きている害虫で、吸血されたあとは激しいかゆみに悩まされます。プールの水を介してうつることはありませんが、頭髮同士の接触や、タオル・くし・水泳帽など頭に触れるものの共用で感染します。必ず自分のものを使うようご家庭でもご指導ください。

●特徴

・成虫は3mm程度で、卵は1mmくらいで白っぽくフケのように見えますが、指でとろうとしても簡単に動かないのが特徴です。耳の後ろに発生しやすいと言われます。フケとは異なり、指でつまんでも簡単に髪から離れません。

・卵は灰白色で、髪の毛の根元近くに産み付けられます。

皮膚科を受診して薬を使用し、駆除すれば2週間ほどでいなくなり、日常生活に支障はありません。



プールの前と後は、お子さんの様子を見てあげてください。感染症にかかった場合は、必ず学校にご連絡をお願いします。