

げんきっこ

令和元年7月11日 No.6
涌元小学校 ほけんしつ



がくしゅう はじ
♪フール学習が始まります♪

フールはいる前の日は



つめをきろう！
みみそうじもしよう！



すいみん
睡眠をしっかりとうろう！



しっかりあさごはんを
たべよう！



じゅんびたいそうを
しっかりしよう！



せんせい
※先生のちゅういや

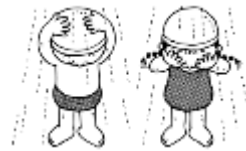
あいご
合図をよくきこう！

フールのまわりを
はしるとケガするよ！



おお しこ
大きな事故になる
こともあります。

シャワーを
しっかりあびよう！



※あがったあとはじぶんの
タオルでからだをふこう。

たいちょうが
わるいときは
先生におしえてね！



フールのあとは・・・



○洗眼(目を洗うこと)は目を守る成分も流してしまうので必要ありません。
(水道水で目を洗うと、水道水にふくまれる塩素が目を守る成分を洗い流すため、目の表面(角膜)を傷つけるおそれがあります。)

※プールでは、ゴーグルの使用をすすめます。

○目薬や塗り薬がある人は、忘れずに学校へ持ってきてください。プールのあとに保健室で対応します！



☆つぎのような時はプール学習ができません☆



楽しく安全にプール学習をするため、体調がよくないときやけがをしているときは、必ず、担任の先生へ連絡をお願いします！

- キズがあり、じくじくしているとき
- ぐあいがあるとき（下痢をしている、はきけがする、前日に熱が出たなど）
- プール道具をわすれたとき
- 寝不足や朝ごはんを食べていないとき

プールに入っていいの？

皮膚の病気編



とびひ

治るまで入れません。プールの水でうつることはありませんが、他の人と触れると悪化したり、うつすことがあるためです。

疥癬

治療を始めていけばプールに入れます（ただ角化型疥癬は感染力が強いため外出を控えます）。



アタマジラミ

治療を始めていけばプールに入れます。でもタオルや水泳帽の貸し借りはやめましょう。

水いぼ

プールの水ではうつらないので、入ってもいいです。でもタオルやビート板を一緒に使うとうつることがあるので注意しましょう。プールの後はシャワーできれいにしましょう。



7月2日の給食試食会・食育講話の

ご参加ありがとうございました♡

保護者のみなさま、お忙しい中、今年度の給食試食会並びに食育講話にご参加いただきありがとうございました。また、参加アンケートのご協力をいただきありがとうございました。次年度の試食会、食育講話に向けて活用していきたいと思っております。

講師の知内中学校栄養教諭 今泉 歩子 先生による「朝食の大切さ」のお話を聞いて、私事ですが、過去の我が子3人への朝食内容を振り返ると、朝食を摂らせることばかりがメインになっていました。もう遅いですが、反省反省。現実、仕事をもちながら、朝食作りは大変です！しかしながら、子どもの健康を考えると、保護者のみなさまには、スモールステップで朝食内容のレベルアップを目指して、頑張っていたいただきたいと思います。子どもへの健康につながるよう今後ともご協力をお願いいたします。

