

ほけんだより

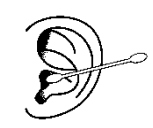
令和4年(2022)6月8日
豊中市立新田南小学校 (NO.4)

いよいよ来週にはプール開きがあります。
プールでの授業は体力をつかいます。また、ふだんとちがった環境で体を動かします。
前日までにしておくこと、朝のけんこうかんさつ、コロナ禍での注意などいろいろあります。
よ〜く読んで、元気で、約束を守って、楽しく水泳の授業ができるようにしましょうね。

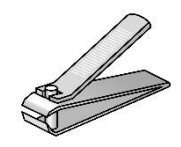
プール前チェック

○前日しておく

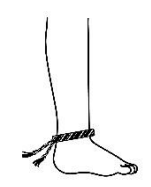
耳あかをとる。



つめをきる。



水泳に必要なものは、
はずしておく。



○朝、お家で確認

- ・体温は平熱
- ・のどがいたくない。
- ・せきがでてない。
- ・目が赤くない。



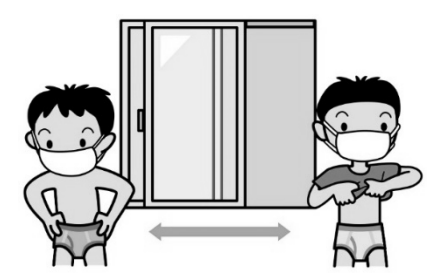
・朝ごはんを食べた。



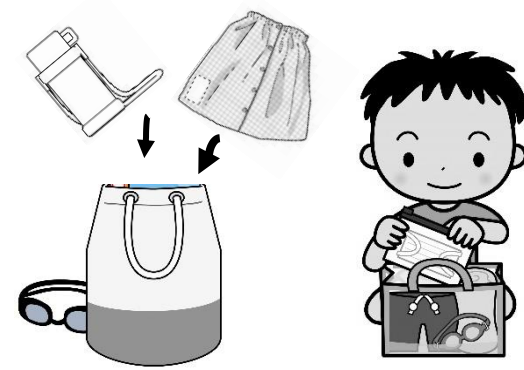
・けがをしてない。
(化膿しているけががない)
ばんそうこうは、はずす。



○プールの前に

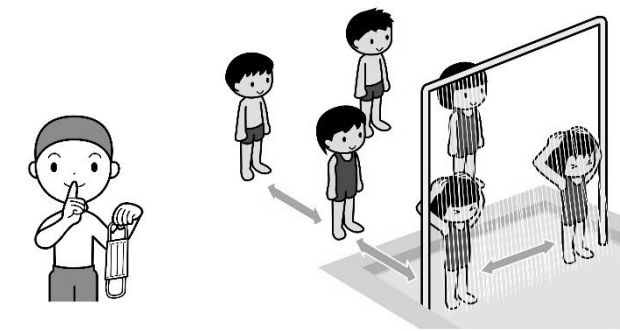


着がえをします。
・換気できてるかな。
・マスクをしたまま着がえるよ。
・長い髪はくくりましょう。



きがえの後のプールバックの中に
・きがえ(3年以上の学年)
・タオル
・水筒
・マスクケース(つけてるマスクをいれるふくろ)
・予備のマスク1枚(わすれずにね!)

すべてのものに
なまえをかいしてお
きましょう

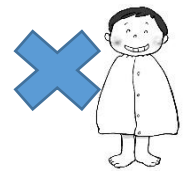


プールサイドにバックを持っていきます。
シャワーの前に、マスクをはずします。
シャワーで、体のよごれをしっかりと落とします。
先生のお話をよく聞いて行動しましょう。

けがの予防



※ろうか、テラス、プールサイドは歩きましょう。



※この使い方は危険なのでしません



しんどくなったらむりをしないで
先生につたえましょう。