

平成28年6月15日

保護者の皆様

天童市立長岡小学校  
校長 加藤 昭男

## 水泳学習の始まりにあたってのお願い

グラウンドの木々の緑も、すっかり色濃くなりました。保護者の皆様には、益々ご清栄にてお過ごしのこととお喜び申し上げます。日頃より本校教育活動につきましては、ご支援ご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。

さて、体育の授業ではもうすぐ水泳の学習を行います。本校ではお子様の安全面の配慮を第一に考えていきたいと思っております。そこで、プールを使用する際には、ぜひ下記の健康観察のチェックポイントをもとに健康状態を把握した上で、「プール健康観察カード」に押印し、忘れずに持たせてくださいますようお願いいたします。(カードに捺印が無いと入れません。)

なお、「平成28年度 プールの上手な利用の仕方」を、お子様と一緒に読んでいただき、安全な水泳学習についてご理解いただければ幸いです。

### 記

#### 健康観察のチェックポイント

1. 元気、顔色 (赤い・青白い) の異常状態の有無
2. 腹痛、下痢、吐き気などの有無
3. 睡眠不足や疲れ、食事をとっているか
4. 風邪の症状の有無
5. 皮膚の症状の有無 (発疹のでき方や大きさ・傷の有無など)
6. 目やのどの症状の有無 (赤い・痛いなど)

※上記の項目で1つでも症状や異常があれば、水泳は控えさせていただきます。どうかよろしくお願いいたします。

# 平成28年度 プールの上手な利用の仕方

天童市立長岡小学校

## 三つの約束

- 1 先生の言うことを聞いて、約束はしっかり守る。
- 2 自分勝手な行動はしない。
- 3 安全には、自分から心がける。

- たくさん泳ぎ、体をきたえましょう。
- やくそくを守り、みんなで協力しながら安全に注意しましょう。
- 水着はスクール水着や競泳用とし、かならず帽子をかぶりましょう。  
(1年…橙, 2年…緑, 3年…青, 4年…白, 5年…赤, 6年…黄)

## プールに入る前

- ①手のつめ、足のつめを切っておく。
- ②耳あか、体のよごれをとっておく。
- ③泳ぐまえに、トイレに行っておく。
- ④かみの毛はぼうしの中にきちんと入れておく。
- ⑤泳いではいけない人、その日の体調のわるい人は入らない。
- ⑥耳せん、ばんそうこう、ヘアピンなど落ちやすいものは身につけない。  
(耳せんをしなければならない人は、先生に伝える。)

- ⑦自分の教室で着がえる。(4・5・6年生女子は体育館更衣室で着替える。)

## プールに入るとき

- ①準備運動をしっかりする。
- ②足あらい → シャワー → プールの順
- ③足の先からゆっくりプールに入り、急に飛び込まない。
- ④二人組になってプールに入る。

## 泳いでいるとき

- ①先生の言うことをよく聞く。
- ②プールやプールサイドでは、ふざけたり、走ったりしない。
- ③ぐあいが悪くなったら、すぐ絶対プールから上がり、先生に知らせる。
- ④プールの中で、おぼれたまねは、ぜったいにしない。
- ⑤プールには絶対に飛び込まない。
- ⑥先生の合図で二人組をすぐつくる。

## 泳ぎ終わったら

- ①シャワーで体をきれいにあらう。
- ②目をあらい、うがいをする。
- ③タオルで体をふく。
- ④決められたところを通り、足をよくふいてから校舎に入る。
- ⑤自分の教室で着がえる。(4・5・6年生女子は体育館更衣室で着替える。)

## その他

- ①水着は家に帰ったらきれいに水あらいしてほす。
- ②水着は家から身につけてこない。
- ③機械室には絶対に入らない。
- ④見学者は先生の指示にしたがう。
- ⑤水泳帽子やプール健康観察カードがないと、プールには入れません。忘れないようにしましょう。

