

☆! ほけんだより プール号 ☆

6月15日にプール開きを行いました。今年度は2年ぶりの水泳学習です。感染症対策を行い、安全に気を付けて、楽しく水泳学習を行っていきましょう。
水泳を行うときには、気を付けることがいくつかあります。必ずチェックしてからプールに入りましょう。



前日

- ☆ つめを短く切る。
- ☆ 夜は早めに寝る。
- ☆ お風呂で体を清潔にしておく。



当日

- ☆ 朝ごはんは食べた？
- ☆ 目は赤くない？目やにが出ていない？
- ☆ 熱はない？体調は悪くない？
- ☆ 下痢（やわらかうんち）をしていない？
- ☆ ジクジクした傷はない？



保護者の方へ

● 水泳学習期間中、お子さまの健康にご配慮ください。
水泳は健康作りに良いスポーツですが、体調不良時には思わぬ事故を引き起こすこともあります。水泳期間中は特に睡眠を十分にとり、朝食を欠食しないようにしてください。登校前に健康観察をして、体調不良の際は水泳をお休みするようお願いいたします。
流行性角結膜炎、咽頭結膜熱（プール熱）、急性出血性結膜炎はプールで流行・感染しやすい注意を要する感染症の眼疾患です。疑わしいときは眼科を受診してください。

流行性角結膜炎

「はやり目」とも呼ばれている、アデノウイルスが原因の感染症です。目の充血、まぶたの腫れ、目がゴロゴロする、目やにや涙が出るなどの症状がみられます。手を介した接触感染が主なので、予防するには「手洗い」が大切です。また、タオルについたウイルスからも感染するため、患者とはタオルを共用しないでください。流行性角結膜炎は感染力がとても強く、医師が感染のおそれがないと判断するまで登校することができません。



咽頭結膜熱

主に高熱、のどの痛み、目の充血などの症状がみられます。「プール熱」とも呼ばれていますが、プールの水は塩素できちんと消毒されていれば問題ありません。実際には飛まつ感染や接触感染が多いです。予防法としては、タオルの貸し借りはしないこと、手洗い・うがいをしっかり行うことなどが大切です。なお、咽頭結膜熱にかかったら、主な症状が消えた後、2日を経過するまでは、学校は出席停止です。

