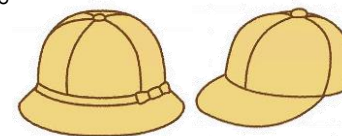


保護者様へ：ご確認ください！

『すいとう』お茶、足りてますか？

水分補給は熱中症対策と感染症対策にとっても大切です。どんな気候でもこまめに水分補給ができるように必ず水筒を持たせてください。暑い日・日差しがきつい日、体育のある日に足りなくなる子がたくさんいます。大きめを持たせてもたくさん残してきたり、重いと言ったり、そうかと思えば足りなかったり…と、悩ましいこともあるかと思いますが、「大は小を兼ねる」で大きめの水筒を持たせてもらえると助かります。

登下校時の黄帽も忘れずに…！



水泳の授業が始まっています！

プールに入る前の健康・持ち物チェック

目・耳・鼻などの病気が治っていますか？



病気がひどくなったり、他の人にうつったりする場合があります。きちんと治療しましょう。

前日の夜はしっかり眠りましたか？



水泳は全身運動なので体力を使います。しっかり寝て体調を整えておきましょう。

朝ごはんは食べてきましたか？



おなかを空いている状態でプールに入ると、すぐにしんどくなったり体調をくずしやすくなります。

このような症状はありませんか？

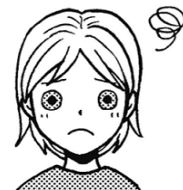
熱がある

げりをしている

目が赤い

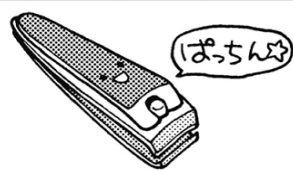
鼻水やせきが出る

気持ちが悪い



体の調子が悪いときは、おうちの人や担任の先生に相談しましょう。また、皮膚にイボやなかなか治らない傷がある場合は、かかりつけのお医者さんにプールに入っているかを相談してから入しましょう。

手足の爪は切っていますか？



水中で友だちを傷つけてしまうことがあるので、爪は短く切っておきましょう。

トイレへ行きましたか？



水の中は冷えるのでトイレへ行きたくなくなります。プールに入る前にトイレをすましておきましょう。

水着・水泳帽子・タオルは持ちましたか？



水泳帽やタオルは自分のものを使いましょう。友だちと貸し借りをしてはいけません。

新型コロナウイルス感染症の現在の出席停止期間

発症した翌日より5日を経過し、かつ、症状が軽快したあと1日を経過するまで。
(発症から10日を経過するまでは、マスクの着用を推奨)

感染症罹患後の登校再開の際には、登校届のご提出をお願いします。

※「まなびポケット」の本格実施は7月3日(月)からとなっています。それまでの欠席等の連絡は、これまで通り、連絡帳か電話でお願いいたします。詳しくは6/6配信のツイタモンメールをご確認ください。