

プール学習時の健康管理について

6月25日(火)はプール開きです。プール学習中は、よく注意しないと事故が起きたり、病気が悪化したりすることになりますので、家庭での健康観察を十分に行ってください。

なお、体調が悪いとき、鼻・耳・目・皮膚の病気がある(疑いも含む)お子さんは、プール学習に参加できるかどうか、必ず専門医で診てもらってください。

★次のような時は、必ず担任に連絡帳等でお知らせください

○プール学習当日、体調が悪いとき

- ・発熱、頭痛、腹痛、下痢、咳、のどの痛み、鼻水、目やに、目の充血などの症状がある。
- ・皮膚にじくじくした傷、湿疹などがある。
- ・その他の症状で体調が悪いとき

○心疾患等があつて主治医からの注意事項がある、病気回復直後、けがの治療中などで、プール学習時に配慮する事柄があるとき

◆プール学習前の健康チェック（家庭で）

◎前日までに

- ☐ 目や耳、鼻、皮膚の病気がある人(疑いも含む)は、治療を済ませておく。
- ☐ 手足の爪は切っておく。
- ☐ 耳あかはとっておく。
- ☐ 前日は早く寝て、十分睡眠をとる。

◎当日の健康チェック ※当てはまる項目がないかチェックしてください。

- ☐ 熱はない。(プール学習当日の朝、体温を測定し確認する。)
- ☐ 朝ごはんを食べた。
- ☐ かぜや下痢など、体の調子は悪くない。
- ☐ 頭やおなか、耳、のど、目などに痛いところはない。
- ☐ 皮膚が赤くなったり、ぶつぶつ(発疹)が出たりしていない。

◆プール学習での約束

- ☐ 体調の悪い人は無理して泳がない。※必ず担任に連絡帳等でお知らせください。
- ☐ プールに入る前に準備運動をしっかりする。
- ☐ プールの中で鼻をかんだり、つばをはいたりしない。
- ☐ プールの前後には、シャワーで体をよく洗い流す。

◆プールでの事故防止

- ① プールサイドを走らない ② 排水溝は絶対さわらない ③ 飛び込まない



プールでうつりやすい病気

下記の病気は出席停止になる感染症です。これらの病気であると診断されたときは、学校へ連絡してください。学校から渡した登校許可証を医師に記入してもらい、登校してください。

咽頭結膜熱（プール熱）

のどの腫れ、痛み、目の充血、高熱を主症状とし、目やに、つば、便から人にうつる。

〈予防〉プール前後のシャワー、うがい、手洗い、洗眼。



流行性角結膜炎（はやり目）

ウイルス性の結膜炎で、感染力が強い。目の充血、目やに、痛がゆいなどの症状がある。

〈予防〉プール前後のシャワー、手洗い、洗眼、タオルの貸し借りはしない。



急性出血性結膜炎

目の違和感、結膜下の出血などの症状がある。

〈予防〉プール前後のシャワー、手洗い、洗眼、タオルの貸し借りはしない。



●皮膚の病気 ※出席停止にはなりませんが、治るまでプールに入れない感染症

伝染性軟属腫（水いぼ）

伝染性の皮膚疾患。できたいぼの中にいるウイルスが、傷などを通して皮膚に浸入し、そこに、またいぼをつくる。

伝染性膿痂疹（とびひ）

皮膚の傷に細菌が感染して、かゆみの伴う水ぶくれができる。水ぶくれをかいて水ぶくれが破れると、菌を含んだ浸出液が健康な皮膚につき、あっという間に水ぶくれの数が増える。

◎プールの後、こんなことがあったら病院でみてもらいましょう。

- ・耳がつまった感じがいつまでも治らない。
- ・目をよく洗ったのに痛い。（赤くなったまま）
- ・うがいをしたのにのどが腫れて痛い。



○アタマジラミに注意しましょう！



アタマジラミは、人の髪の毛だけに取りつく寄生虫です。不衛生なことが原因と思われがちですが、清潔にしていっても、頭を接触させて遊ぶ子どもたちは、普通の生活で簡単に感染します。不潔・清潔は関係ありません。疑わしいときは学校へ連絡してください。

◎見つかった場合の対処の方法

- ・紙に落とし、つぶさないようにセロテープで貼って、病院(皮膚科)、薬局などで見てもらいましょう。

◎予防法

- ・帽子（水泳帽も）、くし、タオルなど直接、体に触れるものを共用しない。
- ・普段から、毎日、丁寧に洗髪をする。低学年の場合、洗髪が上手にできない場合も多いので、手伝ってあげてください。