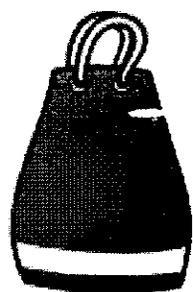
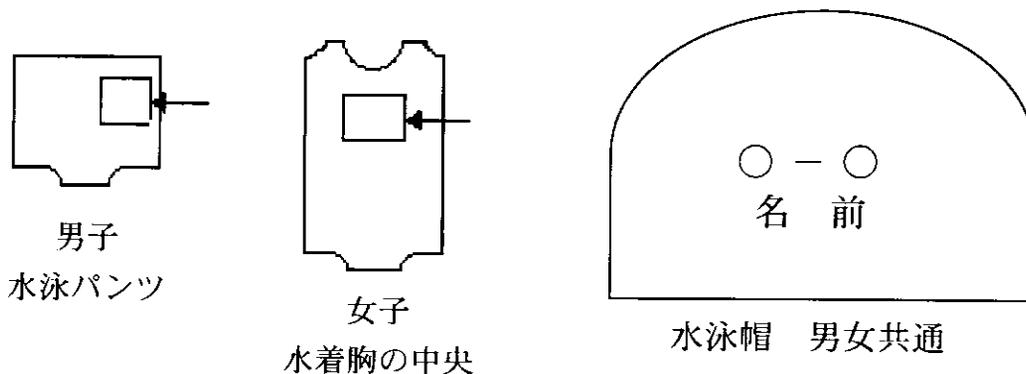
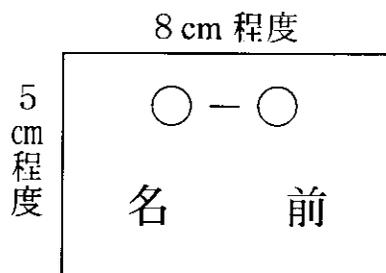


学校水泳について

持ち物

- ・水着、水泳帽、バスタオルほか
- ・水着は、黒か紺が望ましいです。
- ・水着には、名札を付けてください。(図参照)
- ・家から水着を着て来てはいけません。
- ・ゴーグルを使用してもかまいません。
- ・ビーチサンダルを持ってきます。
- ・ヘアピン、傷テープ等は、はずさせてください。
- ・持ち物には、全て学年・組・名前を記入してください。
- ・ラッシュガードを使用する場合は、保護者の方の届出が必要です。
連絡帳でお知らせください。
- ・ラッシュガード使用の際は、名札をラッシュガード胸に付けてください。
- ・ラッシュガードは、フードのないものをご用意ください。
- ・ラッシュガードの色は、黒か紺が望ましいです。
- ・プールバッグ(図参照)
→今年度は感染予防のため、プールバッグにタオル・水筒を入れてプールサイドへ持っていきます。そのため、プールバッグはビニール製のものが濡れずに使用できると思います。
また、教室に着替えを置いておくので、着替えを入れる袋をご用意ください。



ビニール製が好ましい。

- ・水筒
- ・タオル
- ・ゴーグル
- ・着替えを入れる袋
- ・ビーチサンダル
- ・(マスク袋)

こんな時は水泳をしません

- ・ 熱がある時
- ・ 下痢をしている時
- ・ 疲れている時
- ・ 寝不足の時
- ・ その他、医師等から水泳を見合わせるように言われた時

家でしておくこと

- ・ 持ち物、下着等に名前を書いておいてください。
- ・ ゴーグルの調節はご家庭で適宜行っておいてください。
- ・ 耳垢を取り、爪を短く切っておいてください。
- ・ 体を清潔にしておいてください。
- ・ 早目に寝させてください。
- ・ 朝食をしっかり食べさせてください。
- ・ 用便をしっかりさせてください。

その他

- ・ 塗り薬を使用する場合や、アトピー性皮膚炎等による炎症が心配な場合などについては、前もって担任の先生にご相談ください。

※日焼け止めクリームの使用はプールが汚れる原因に繋がりますので、絶対に使用しないでください。

- ・ 水泳カードがない場合、また水泳カードがあっても捺印（サインは不可）がない場合、及び体温の記入漏れは、プールに入ることができません。

- ・ 衛生面（頭ジラミの感染予防）の観点から、水着・帽子・バスタオルを忘れた場合、水泳できませんので、ご家庭で持ち物の確認をお願いします。