



# ほけんだより

No.6

鶴舞小保健室

文責：小熊

2026/06/29

## プールの授業が始まりました！

先週からプールの授業がスタートしています。プールの授業は楽しいですが、プールの水によって病気がうつってしまうことがあります。



プールに入る前に健康チェックをして、自分の体調を確認しましょう(→)。体調が悪いときやけがをしているときは、無理をせずプールの授業をお休みしてください。

プールは楽しい反面、危険とも隣り合わせです。先生の話・指示をきちんと聞いて、約束・ルールをしっかり守りましょう。

## プールに入る前の健康チェック

- 熱はありませんか？
- 風邪をひいていませんか？
- お腹は痛くありませんか？
- ばんそうこうを貼るようなけがをしていませんか？
- つめは短く切られていますか？
- 昨日はぐっすり眠れましたか？
- 長い髪の毛は、結ばれていますか？



## 熱中症信号機を毎日チェック！

熱中症予防のため、あいさつホールに「熱中症信号機」を設置しました。その日の暑さによって、信号機の色が変わります(↓)。

実は、熱中症は「気をつければ予防できる病気」と言われています。これから気温も上がって暑い日が続きます。普段から、熱中症に気をつけて過ごしましょう。



<b>あか</b>	暑くて危険です！外遊びや外での活動は禁止！
<b>きいろ</b>	暑いですが、ぼうしを被れば外遊びOKです。
<b>あお</b>	ぼうしを被っていなくても、外での活動はOK！



## おうちの方へ～保健室より連絡です～

### ① プール授業について

プールの授業をお休みする際は、必ず連絡帳に記入してお休みすることをお知らせください。また、今年度は熱中症予防のため、プール授業をお休みする児童はプールサイドでの見学はおこなわず、校内で学習・読書等をして過ごす予定となっております。

### ② 出欠連絡フォームについて※特に元鶴舞小学校の方へ

出欠連絡を、電話または出欠連絡フォームにてお願いしております。今年度より、出欠連絡フォームは新しい新鶴舞小学校のものを活用しています(※4月に連絡済み)。昨年度まで活用していた旧出欠連絡フォームは利用できませんので、ご注意ください(※入力することはできますが、学校側で確認が取れません)。