

市営プールの利用について

泉沢小学校

市営プールがオープンします。子どもたちが事故なく、楽しく安全に利用できるように、ご家庭でも指導をよろしくお願いいたします。
裏面「水泳のきまり」もご覧になってください。

< プールを安全に利用するための心得 >

- ① 結膜炎等の眼病疾患、その他各種の病気治療中の人はプールの利用をしないこと。
- ② 盗難防止のため、お金や時計等の貴重品は、持ってこないこと。
- ③ 持ち物には必ず学校名、学年、名前等を書くこと。（盗難防止、忘れ物確認）
- ④ なるべく自転車に乗って来ないこと。（置場が狭い、鍵の紛失が多い）
- ⑤ 準備体操を充分に行うこと。
- ⑥ プールキャップを必ずかぶること。（髪の毛が抜けてプールの水が汚れるため）
- ⑦ 必ずシャワーを浴びてからプールに入ること。
- ⑧ プールへの飛び込みは、危険なのでしないこと。
- ⑨ プールサイドを走ったり、プール内での悪ふざけは事故の原因となるのでしないこと。
- ⑩ プールサイドに腰掛けたり、座ったりしないこと。
- ⑪ 浮き輪やビーチボール等は使用しないこと。（他の遊泳者の迷惑になる）
- ⑫ 幼児で泳げない人は、必ず大人が同伴すること。
- ⑬ その他、安全にまた衛生的に利用することを心がけること。
- ⑭ 利用後は必ずシャワーを浴び、うがいをしてから帰ること。
- ⑮ 忘れ物をしないように、持参したものを確認してから帰ること。
- ⑯ プール監視員の指示は、絶対に守ること。（安全のため）
- ⑰ メガネの着用はせず、必要な場合は度付ゴーグルやメガネ用バンドを使用するなど落ちないように工夫すること。



すいすい 水泳のきまり

泉沢小学校

- 水泳のシーズンです。
- 水泳は、楽しいスポーツですがあまくみると、たいへんおそろしいことになります。
- きまりをまもって、ともだちとなかよく遊んで、じょうぶなからだをつくりましょう。たくさん練習して、楽しく泳ぎましょう。

じゅんぴ・きをつけてのこと

- ◇ つめぎ切り、耳あかをとっておく。
- ◇ 食事のすぐ後や、おなかがいっぱいいる時、ねぶそくの時はおやがいない。
- お金やたいせつなものは、持っていない。
- おかしやジュースを飲んだり食べたりしない。
- 水着・帽子・下着・タオル・ふくろなどには、名前をつけておく。
- 必ず、家の人にことわってから、プールへ行く。
- 3年生以上は、自転車で行くことができる。
(1・2年生は保護者の方といっしょに行く)。
- 自転車置き場に、きちんと置き、かぎをかける。

こんな時は、おやげせん

ねつやくあいの
悪い時



うつる病気や、
けがの時



お医者さんから
とめられている時

プールに入る時

- + かならず、トイレに行っておく。
- + はなちかんでおく + くつもそろえておく。
- + 水着に着がえる時はすばやくし、服はふくろなどにいれておく。
- + シャワーでからだをよくあらひ、足は足洗い場でしっかりあらう。
- + じゅんぴ運動をしっかりとる。



かんり人さんや先生の言うことを、
よく聞いて決められたことを守る。

とびこまない。

帽子はかならず、
かぶる。

決められた
ところから
うしろむきで入る。

まわりで、
走らない。

ふざけたり、
おぼれたマネを
しない。

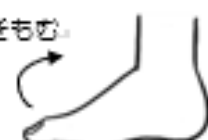
やすみながら
およく。

つばをはいたり、
おしっこをしない。

暑くなったり、
足がつったら、
あがる。

足がつった時

おやげを、
ひっぱったり、
足のうらをもむ。



耳に水が入った時

かた足で、
トントン、
とはねる。



はながでた時



かた方ずつ、
しずかにかむ。

プールからあがったら

- シャワーで、からだやおきよくあらう (特にアビ-の人はしっかり)。
- うがいをする。
- からだやかみの毛をよくふく。
- わすれものがないか、自分のにもつぎをたしかめる。
- こうい量をよごさないように、使しましょう。

