

たの 楽しいプールにするために

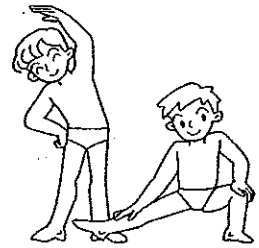
名取市立那智が丘小学校

1 プールに入る^{はい}ことができないとき

- (1) 病気^{びょうき}などで、お医者^{いしや}さんから止め^とられているとき
- (2) 家^{いえ}の人から止め^とられているとき
- (3) 体^{からだ}の具合^{ぐあい}が悪い^{わる}とき
- (4) けが^{けが}をしているとき
- (5) 朝^{あさ}の検温^{けんおん}で37.5以上^{いじょう}の熱^{ねつ}があるとき

2 プールに入る^{はい}前^{まえ}に

- (1) 持ち物^{もの}（水着^{みずぎ}、水泳帽子^{すいえいぼうし}、バスタオル、バッグなど）には、名前^{なまえ}を書き
ます。
- (2) 手足^{てあし}の爪^{つめ}を切り、耳あか^{みみ}をとります。
- (3) トイレ^すを済ませ、鼻^{はな}をかみます。
- (4) ヘアピン^{ばんそうこう}や絆創膏^{はす}は、外^{はず}します。
- (5) 決め^きられた色^{いろ}の帽子^{ぼうし}をかぶります。
- (6) 脱^ぬいだ服^{ふく}はひとまとめ^{せい}にし、整^{せい}とんします。
- (7) 勝手^{かって}にプール^{はい}に入^{はい}らないようにします。



3 プールに行^いったら

- (1) 準備運動^{じゅんびうんどう}を十分^{じゅうぶん}にします。
- (2) シャワー^あを浴^あび、体^{からだ}をよく洗^{あら}います。
- (3) プールサイド^{はし}は、走^{はし}らないようにします。
- (4) 水筒^{すいとう}を持^もっていき、学年^{がくねん}ごとにまとめ^{まと}めます。



4 フールの中なかで

- (1) 先生せんせいの指示しじをよく守りまも、勝手かってな行動こうどうをとらないようにします。
- (2) 飛び込とこんだりせずに、足先あしさきから静しずかに水みずに入はいります。
- (3) 水みずの中なかで、鼻はなをかんだり、つばやたんをはき出だしたりしないようにします。
- (4) 水みずの中なかで、おぼれたまねや悪わるふざけをしないようにします。
- (5) 気分きぶんが悪わるくなったり、寒さむくなって震ふるえ出だしたりしたら、水みずから上あがり、先生せんせいに話はなしします。
- (6) プールサけんがくイドで見学ひかげするとき、日陰こしに腰しずをおろして静やすかに休やすみます。
- (7) 途とちゆう中でトイレいに行いって、また水みずに入はいるときは、シャワーあを浴あびます。
- (8) ビート板ばんなどは、大切たいせつに使いつか、あとしまつをきちんととします。
- (9) 水みずを消毒ますどくする薬くすりに触さわったり、いたずらををしたりしないようにします。



5 フールから上あがったら

- (1) 帽子ぼうしを取とってシャワーを浴あび、体からだをよく洗あらいます。
- (2) 体からだの水気みずけをバスタオルでよくふきとります。
- (3) 水着みずぎを家いえに持ち帰もり、洗濯かえをします。

6 その他

- (1) 機械室きかいしつには、入はいらないようにします。
- (2) プールの中なかに、石いしや物ものなどを投なげ入いれないようにします。
- (3) 不審ふしんな物みのを見つけたら、さわらずに先生せんせいにすぐつたに伝つたえます。