

すいえいをするために

令和7年4月25日
枚方市立川越小学校

いよいよプール学習が始まります。この手紙に書かれている、準備や体調の整え方、
気をつけることをよく読んで、学びのあるプール学習にしましょう。

もってくるもの

- 水着(黒か紺のスクール水着)・水泳帽(メッシュでひもなし)・バスタオル・
ビニールぶくろを、プール用バッグに入れてくる。
- ゴーグル(目の保護のために、必ずつけましょう。ゴムの長さを合わせておきましょう。)
※持ち物には名前を書きましょう!

☆ 朝、自分の体の調子をたしかめましょう。

- 前の日は、よくねておくこと。
- 朝ごはんをしっかり食べてくること。
- 手足のつめを切って、耳そうじをしておくこと。

☆ プールへいくまえに

- トイレをすませておく。
- ぬいだものはきちんとたたんでおく。
- ばんそうこうやヘアピンなどは、
とっておく。
- 髪の毛の長い人はくくっておく。

☆ プールにはいるまえに

- からだをしっかりとのばして、じゅんびたいそうをする。
- シャワーをあびるときは、ぼうしをぬいで、頭や体をよく洗う。
とくに、おしりはていねいにあらう。



☆ プールでは

- ふざけたり、走ったりしてはいけません。
- 人をおしたり、とびこんだりしてはいけません。
- あぶないことがおきたり、体の調子が悪くなったりしたときは、すぐに先生にしらせる。
- すいえいがおわったら、体をよくあらう。

保護者の皆様へ

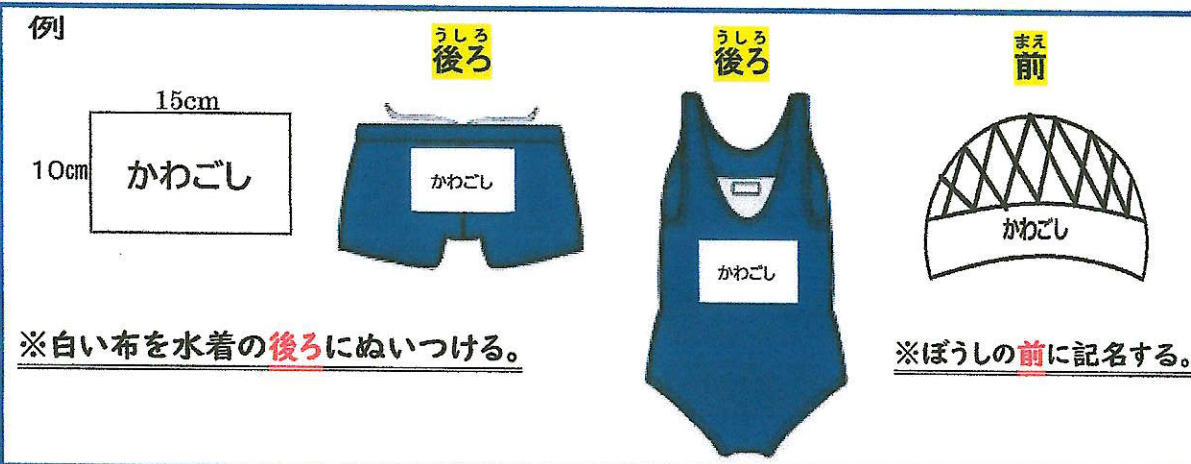
☆ 水着は、学校では販売しません。最寄りの店でお求めください。

※1年生の帽子のみ、学校で一括購入しますので、準備の必要はありません。

《帽子の色》

1年生：白 2年生：緑 3年生：オレンジ 4年生：青 5年生：赤 6年生：黄

☆ 水着の記名は、姓だけを黒の油性ペンではっきりとご記入ください。



- ☆ 健康診断などで病気が見つかった児童については、治療が終了してから入らせるようにしてください。(例：アタマジラミ、滲出性中耳炎など)
- ☆ 着替えの際に、衣類(シャツや靴下など)の忘れ物や、はきちがいなどがありますので、水着だけではなく、衣類にもすべて記名してください。
- ☆ 体調不良などで見学するときは、まなびポケットの出欠連絡、または連絡帳で、担任まで必ずご連絡ください。
- ☆ 屋内プールで実施し紫外線の心配がないこと、着用すると水上では体が冷えることから、ラッシュガードは不要です。特別な事情で、ラッシュガードの使用を希望される場合は、担任までお知らせください。その場合は、必ず以下のものをご準備ください。

- ①水着と同じ無地の、黒か紺色のもの(レジャー用は不可)
- ②フードがないもの
- ③名札をつけたもの(白い布を背中位置に)