

ほげんだより

とちぎけんりつ ましことくべつしえんがっこう
栃木県立益子特別支援学校

とくべつこう プール特別号

ムシムシと暑い日が増え、本格的な夏がすぐそこまで来ているようです。
今年度は、3年ぶりにプールの授業があります。楽しく安全に参加するため、
準備物やプールカードの記入等の御協力、よろしくお願いいたします。



- ☆主治医からプールに入ることを禁止されている場合は、担任までお知らせください。
- ☆検診で所見があった児童生徒は医療機関を受診し、医師の指示を受けてください。
- ☆その他、気になることがありましたら担任を通じて御連絡ください。

＊前日までに準備すること＊



水着やタオル、下着やぼうしに
なまえを書いておきましょう。

爪が長いとケガのもと！
プールに入る前に手や足の爪を
切っておきましょう。



病気の治療はすんでいますか？

- ・目
- ・耳、鼻、のど
- ・皮膚 など



耳掃除をしましょう。
耳垢が水でふくらんで聞こえ
にくくなることがあります！



3食 バランスよく食べて
体調を整えましょう！



前の日は早めに休んで、
たくさん睡眠をとりましょう。



＊プール当日の健康チェック＊

～こんな症状はありませんか？～



- ☐ 熱がある
- ☐ のどが痛い
- ☐ 鼻水が出る



- ☐ 絆創膏を貼る
ような傷がある



- ☐ 耳が痛い
- ☐ 耳鳴りがする



- ☐ 目が充血している
- ☐ 目が痛い



- ☐ お腹が痛い
- ☐ 下痢をしている
- ☐ 吐き気・おう吐がある



＊プールで流行する感染症＊

《流行性角結膜炎（はやり目）》

結膜の充血、目の浮腫などが強く、流涙があったり、耳前のリンパ節が腫れて痛みます。治癒までには2～3週間かかることが多いです。

原因はアデノウイルスで、手などの接触を通じて感染します。プールでは、タオルの貸し借りはやめましょう。



《咽頭結膜熱（プール熱）》

38～39度の高熱が、5日程度続き、結膜炎、のどの痛みやリンパ節の腫れなどの症状がでます。

原因はアデノウイルスで、タオルの貸し借りなどから感染することもあります。プール熱ともよばれます。



《アタマジラミ症》

アタマジラミとは、頭皮に寄生する虫です。髪の毛の中に、虫が卵が付着し、吸血されるとかゆみを感じます。卵はフケと間違いやすいですが、フケと違って動きません。

タオルの共有や接触で感染します。家族も一緒に治療することが必要です。



《伝染性膿痂疹（とびひ）》

虫さされや湿疹などを掻いた後、キズになったところから細菌感染し、水疱ができます。とてもかゆいため掻いてしまい、感染が広がるので注意が必要です。

原因は、黄色ブドウ球菌、A群溶血性レンサ球菌。手洗いなどをしっかりし、皮膚を清潔に保つことが大切です。



《伝染性軟属腫（水いぼ）》

手足やからだに3mm程度の白色のイボができます。掻いてしまうと、イボの中にいるウイルスが出て、感染部位が広がります。

プールでは、ビート板や浮き輪の共用、タオルなどの貸し借りはやめましょう。



プールで流行する感染症には、感染性の強いもの（出席停止となるもの）があります。

ほけんだよりに掲載した以外にも、プールで感染しやすい感染症があります。気になる症状がありましたら、早めに医療機関を受診していただきますよう、御協力をお願いいたします。

