

プール使用のきまり【使用期間プール開き後～9月初旬】

豊川小学校

1. プールに入る前

- (1) 自分の体の状況をよく知っておく。
○うつる病気（結膜炎、中耳炎など）のある人はプールに入れません。
- (2) 耳あかを取り、つめは短くしておく。
- (3) かみの毛は、たばねてぼうしに入るようにしておく。
- (4) プール学習ができない場合は、その理由を、毎回お家の人に連絡してもらおう（連絡帳または電話で）。→保護者の方もご協力お願いします。



2. プールに入るとき

- (1) 用便をすませる。（プールのとなりのトイレは使わない。）
- (2) 準備運動をしっかりとやる。
- (3) 入水の順序をしっかりと守る。
足洗い → シャワー → 静かに（足→胸→プールサイドを向いて）
（全身をよく洗う）



3. プールに入ったら

- (1) プールサイドで走ったり、ふざけたりしない。
- (2) プールの中でおぼれたまねや悪ふざけは絶対にしない。
- (3) 体の具合が悪くなったら、すぐ先生に知らせ、プールからあがる。
- (4) 飛び込みはしない。
- (5) 先生やかんしの方の注意、指示は必ず守る。
- (6) プール用の道具は大切に使う。
- (7) 息こらえはしない（潜水など）。
- (8) 目の保護のためにゴーグルを必ずつける。



4. プールからあがったら

- (1) 目をよく洗い、うがいをする。
- (2) シャワーで体をよく洗い、バスタオルでよくふく。

5. 確認すること

- (1) 持ち物、水着、衣服には名前を書いておく。
- (2) 忘れ物がないようにする。
- (3) 後始末をきちんとする。（使ったものは前よりもきれいにもとの場所へ）