

すこやか 水泳の学習時の健康管理について

平成29年6月27日
高岡市立牧野小学校

6月16日(金)にプール開きを行いました。安全に水泳の学習ができるよう、家庭での健康観察を十分に行ってください。

体調が悪い場合、水泳の学習中に事故が起きたり、病気が悪化したりすることがあります。体調が悪いとき、鼻・耳・目・皮膚の病気・じくじくした化膿した傷がある(疑いも含む)お子さんは、水泳の学習に参加できるかどうか、必ず専門医で診てもらってください。

◆水泳の学習前の健康チェック(家庭でお願いします。)

◎前日までに

- 目や耳、鼻、皮膚の病気がある人(疑いも含む)は、治療を済ませておく。
- 手足の爪を切る。
- 耳あかをとる。
- 前日は早く寝て、十分睡眠をとる。

◎当日の健康チェック ※当てはまる項目があるとプールに入れません。

- 熱がある。(水泳の学習当日の朝、必ず体温を測定し確認する。)
- 食欲がなく、朝ごはんが食べられない。または、少量しか食べられない。
- 睡眠不足がある、体がだるい。
- かぜや下痢等のため、体の調子が悪い。
- 頭やおなか、耳、のど、目等に痛いところがある。
- 皮膚にじくじくした化膿した傷、湿疹等がある。
- その他の症状で体調が悪い、主治医の指示がある。



◎次のような時は、必ず担任に連絡帳等でお知らせください(見学する時や体調が悪い時)

- ◎ 水泳の学習当日、体調が悪いため水泳の学習を見学する場合
 - ・発熱、頭痛、腹痛、下痢、咳、のどの痛み、鼻水、目やに、目の充血等の症状がある。
 - ・皮膚にじくじくした化膿した傷、湿疹等がある。
 - ・その他の症状で体調が悪い時
- ◎ 心疾患等があつて主治医からの注意事項がある、病気回復直後、けがの治療中等で、プール学習時に配慮する事柄があるとき

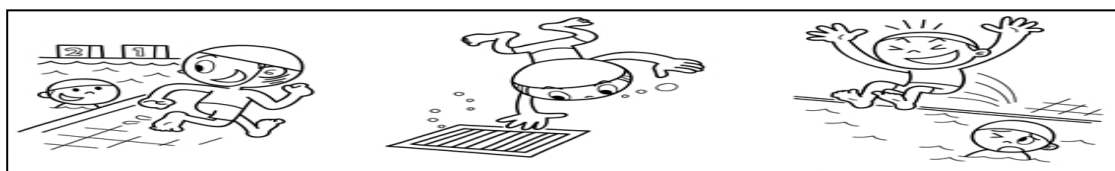
◆水泳の学習での約束

- 体調が悪い人は無理に泳がない。※必ず担任に連絡帳等でお知らせください。
- プールに入る前に準備運動をしっかりする。
- プールの中で鼻をかんだり、つばを吐いたりしない。
- 水泳の前後には、シャワーで体をよく洗い流す。



◆プールでの事故防止

- ① プールサイドを走らない。 ② 排水溝は絶対さわらない。 ③ 飛び込まない。



プールで移りやすい病気

◆出席停止になる感染症

下記の病気は出席停止になる感染症です。これらの病気であると診断されたときは、学校へ連絡してください。学校から渡した登校許可証明書を医師に記入してもらい、登校してください。

咽頭結膜熱（プール熱）

のどの腫れ、痛み、目の充血、高熱を主症状とし、目やに、唾液、便から人に移る。

〈予防〉水泳の前後のシャワー、うがい、手洗い、洗眼。



流行性角結膜炎（はやり目）

ウイルス性の結膜炎で、感染力が強い。目の充血、目やに、痛がゆい等の症状がある。

〈予防〉水泳の前後のシャワー、手洗い、洗眼、タオルの貸し借りはしない。



急性出血性結膜炎

目の違和感、結膜下の出血等の症状がある。

〈予防〉水泳の前後のシャワー、手洗い、洗眼、タオルの貸し借りはしない。



◆ その他、プールで移りやすい病気 ※出席停止ではない感染症

○ 伝染性膿痂疹（とびひ）

黄色ブドウ球菌等が原因で、あせも、虫刺され等を掻きむしったところに菌が入り込み、かゆみのある水疱やかさぶたができます。体のあちらこちらに広がっていきます。

プールの水では移りませんが、かきむしったところの滲出液、水疱等で次々に移ります。皮膚の触れ合いで感染することが多く、傷に触れることで症状が悪化します。他の人に移す恐れがありますので、治るまでプールには入れません。

○ 伝染性軟属腫（水いぼ）

伝染性の皮膚疾患で、できたいぼの中にいるウイルスが、傷等を通して皮膚に浸入し、そこに、またいぼをつくります。

プールの水では移りませんので、プールに入っても構いません。ただし、タオル、ビート板等を介して移ることがありますので、これらを共有することはできるだけ避けます。

たくさん出ていて悪化している時やアトピー性皮膚炎に併発している時は、プールに入ってもよいか医師と相談してください。

○ アタマジラミ

アタマジラミが感染しても、治療を始めればプールに入っても構いません。ただし、タオル、ヘアブラシ、水泳帽子の貸し借りはしてはいけません。

アタマジラミは、頭皮に寄生して卵を産み付けます。頭皮から血を吸うのでかゆみを伴います。不衛生なことが原因と思われがちですが、清潔にしているも、頭を接触させて遊ぶ子供たちは、普通の生活で簡単に感染します。不潔・清潔は関係ありません。

☆ 疑わしいときは…

- ・ つぶさないように紙にセロテープで貼って皮膚科で診てもらってください。
- ・ アタマジラミと診断されたら学校へ連絡してください。

アタマジラミの卵は…

