

R6年度 横田小学校 プールカード

【 】年 なまえ 名前【 】

緊急連絡先 1 【 】 TEL : 【 】

緊急連絡先 2 【 】 TEL : 【 】



プールをつかうときのやくそく

〈じゅんばん〉

トイレに行く



きがえ



じゅんばんどう



シャワー



水泳
水あそび



せいりうんどう



シャワー



きがえ

ふく、はきものは
きちんとせいとん。

からだぜんたいを
よくうごかす。

じかんをかけて。とく
に、汗をよくかく頭
やわきの下、こしのま
わりはていねいに。

わすれものをし
ない。名前が書
いてあるかな。

プールにはいるまえに・・・

- ★プールにはいるときは、まえの日からた
いちょうをととのえておきましょう。
- ★あさごはんをしっかりたべましょう。
- ★つめをみじかくきり、みみのなかをきれ
いにしておきましょう。
- ★カットバンやヘアピンははずしておきま
しょう。
- ★かみの毛が長い人は、ぼうしに入る長さ
にゴムでむすぶなどしましょう。

プールにはいったら・・・

- ★プールサイドをはしりません。
- ★プールにはとびこみません。
- ★フェンスにはのぼりません。
- ★おぼれたまねや、わるふざけはしません。
- ★たんやはなみずは、プールの中にはいれ
ません。みぞにながしましょう。
- ★とちゅうでトイレにいったら、もういち
どしっかりシャワーをあびましょう。
- ★30分にいちどはきゅうけいしましょう。
- ★ぐあいかわるくなったら、すぐにあがっ
て、きゅうけいしましょう。
- ★あとかたづけをきちんとしましょう。

もちもの 持ち物：か なまえをか 書きましょう！

- ★プールカード
- ★みずぎ 水着 ★すいえいようぼうし 水泳用帽子
- ★バスタオル ★（ゴーグル）

今年のめあて

月／日	保護者記入欄				担任
	検温 (℃)	健康状態 (記入例)異常なし、風邪気味 等	可	不可	
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					

／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					

*** 児童の安全を確保するため、必ず保護者の方が
ご記入ください。保護者の許可の確認ができない
場合は、水泳の許可ができません。**