

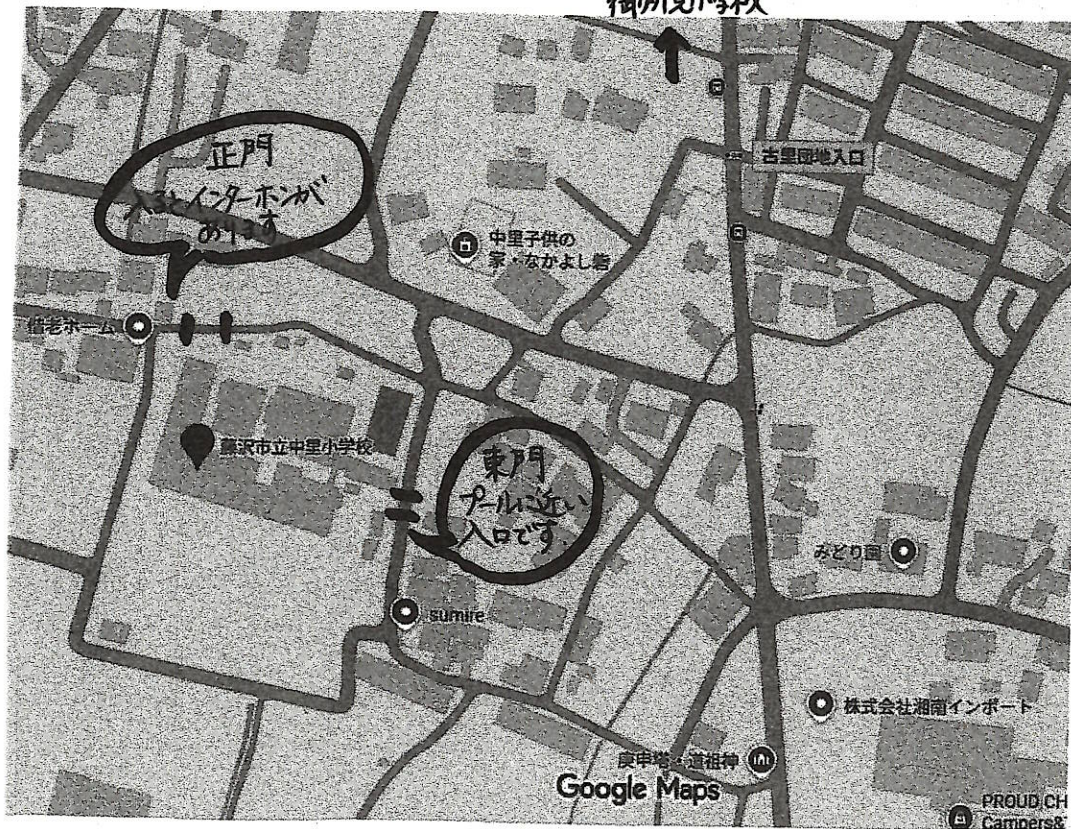
保健だより

藤沢市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.6 2026.6.1

水泳学習が始まります!



すでにお知らせの通り、今年度の水泳学習は、中里小のプールで実施します。そのため、もしケガや体調不良の場合には、中里小学校へお迎えに行っていたいただくことがあるかもしれませんのでご了承ください。この時、状況により“正門から来てください”または“東門から入ってください”というご案内になります。下の地図を参考にしてください。



画像 ©2026、地図データ ©2026 50m

御所見小の電話番号、ご確認ください!!

学校へのお電話は、0466(48)1255 か 0466(50)8312 です。

学校からのお電話は、上の2つの他に、070(7363)5084 の番号があります。こちらの3つの番号は学校からの発信専用ですので、かいていただくこともできません。

今一度、電話番号の確認をお願いします。
知らない番号だからでいいからというふうには、お願ひします。
また、緊急連絡先となっている「家族皆様」にもお伝えください。

水泳学習の準備をお願いします!

“早寝早起き・朝ごはん・朝うんち”で体調を整えていただきたいのは、もちろんのこと、初めての中里小学校へ移動は水泳学習ですので、他にも配慮いただきたい点があります。

☆中里小まで“徒歩”での往復です → 容量が大きい水筒1本よりも、2本に分けるなどしていただくと、1本は学校に置いて、少し軽い荷物が移動できます。

☆忘れ物があると入水できません → 持ってきたのに学校に忘れたとなると、取りに戻れません。水泳に必要な持ち物は、まとめてプールバッグに準備するよう声かけをお願いします。

えがお

藤沢市立御所見小学校 1号棟室
児童のみなさんへ No.6 2026.6.1

おうちのひと。
いっしょに楽しみよう!

水泳学習が始まります!

水泳の前には、しっかり準備をしましょう。

☆目や耳・鼻など、体に具合が悪いところがある場合は、

病院でお医者さんに相談しておきましょう。

☆水泳前日までに、耳そじや爪切りをしておきましょう。

☆特に、水泳前日の夜は早く寝て、水泳当日の朝ごはんは
しっかりと食べましょう。



水泳はスポーツ!

体調が悪いときには参加することはできません。

また、スポーツをするときには水分補給が必要です。スポーツをする

前・中・後に水分補給をします。水泳も同じです。



なかまといっしょに、お散歩して行き、歩いて帰ってきます。

道路は、車や自転車が走っているし、

ごみも、御所見のみなさんの他にも歩いている

人がいます。先生の注意をよく聞いて行動しましょう!

“はやねはやお 早寝早起き・朝ごはん・朝うんち”で

体調を整えましょう!!

これから、夏に向かってどんどん気温が上がり、暑くなります。

「寝てない」「食べてない」では、頑張れません。場合によっては、
本調子を崩すことにつながってしまうこともあります。

“しっかりと寝て” “しっかりと食べる”を意識していきましょう!

天気の変化などによる事故に注意!

今後、気温が上がると“光化学スモッグ”が発生することがあります。
発生した場合は、藤沢市の放送でお知らせがあります。

市の放送があったら、外での運動をやめましょう。

光化学スモッグは、「目がチカチカする」「頭痛がする」「息苦しい」
など、体に影響がでることがあるため注意が必要です。

体の具合が悪かったら、目を洗ったり、うがいをして、
家で安静にして様子を見ましょう。

放送後、外で遊んでいるときに、市の放送があったら

どうするか、おうちのひとと話しておくといいですね。