

プール遊び当日は・・・

ココをCHECK！！

熱はなく、
せきや鼻水も
出ていない。

睡眠時間は
十分に取れた。

爪は短く
切ってある。

目やこや
充血、目の
はれはない。

肌に湿疹や
ジュクジュク
した傷はない。

腹痛や
下痢はない。

朝ごはんを
しっかり食べた。



こんなときは
プールに入れません！

- ・熱があるとき、平熱でも咳や鼻水がひどいとき
- ・腹痛や下痢の症状があるとき
- ・寝不足のとき
- ・朝ごはんが食べられなかったとき
- ・湿疹やジュクジュクした傷があるとき
- ・傷が化膿しているとき
- ・ギョウ虫卵検査が陽性のとき
- ・薬を飲んでいるとき（医師と要相談）

すべてにできれば、プールOK