

# プールのきまり



鈴蘭小学校

- 開放期間 2024年7月1日(月)～9月6日(金) 変更の可能性あり  
※ 8月2日(金)、8月13日(火)～15日(木)は使用できません。
- 開放時間 【午前】9時00分～12時00分  
【午後】13時00分～15時30分

※ 放課後に帰宅しないで泳ぐことはできません。必ず一度帰ってからプールに来ましょう。

## プールに入るまで

- 水着、水泳帽子、着替えなど、自分の持ち物には名前を書きましょう。
- 手足のつめを切る、耳あかをとるなど、体を清潔にしておきましょう。
- プールに入る前にトイレに行きましょう。
- 水泳帽子は必ずかぶりましょう。
- シャワーで足や体をよく洗いましょう。
- 準備運動をしっかりとしましょう。
- 更衣室では、着替えをすばやくすませましょう。

## プール使用中

- 先生や監視員さん、大人の話の話をしっかりと聞きましょう。
- プールサイドを走る、プールに飛び込むなどの危険なことはやめましょう。
- 他の人の迷惑になることはやめましょう。
- ビート板を使ったら元の場所に戻しましょう。
- トイレに行った後はシャワーで体をよく洗いましょう。
- 体の調子が悪くなったときはすぐにプールから上がりましょう。
- 毎時間、10分間は休憩時間とします。休憩時間は全員プールから上がりましょう。



## プールから上がった後

- うがいをし、シャワーで体をよく洗いましょう。
- 体についた水をタオルでふいてから更衣室に入りましょう。
- 忘れ物がないかよく確認をしましょう。

## その他の注意

- 体の調子が悪いときやけがをしているときは、入らないようにしましょう。
- 休憩をとりながら泳ぎましょう。
- 危険なものや遊び道具は持ってこないようにしましょう。



※ 気温+水温が合わせて50℃未満の場合、熱中症警戒の場合についてはプールの施設は使用不可となります。プール施設の入り口近くに赤旗を立てている時は使用できないことをご了承願います。