プールカード

なまえる 年 組 名前

日付	参加可否	健康状態 (〇×)	見学の理由(該当するところに〇をしてください。)		保護者印	学校印
()	参加•見学		- 怪我のため - 感染予防のため その他 ()		
()	参加•見学		- 怪我のため - 感染予防のため その他()		
()	参加•見学		- 怪我のため - 感染予防のため その他 ()		
()	参加•見学		- 怪我のため - 感染予防のため その他 ()		

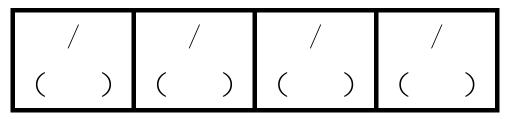
★健康観察カードに貼ります。

- ①家を出る前に、プール参加可否の健康状態を確認してください。(健康状態の目安は裏面をご参照ください。)
- ②忘れずに保護者の押印をしてください。(押印忘れ、忘れ物があるとプールに入れません。)
- ③持ち物には、全て記名をお願いします。

健康観察カード、水着、水泳帽、バスタオル、ゴーグル、水泳バッグ、

ビニール袋2種類(バスタオルを入れる袋・マスクを入れる袋)、レジャーシート

水泳予定日



※天候等により水泳予定日が変更になる場合があります。 連絡帳でも確認をお願いします。

<プール参加可否の全身的な健康状態>

口元気はあるか。機嫌は悪くないか。
口よく眠れていたか。あくびをしていないか。
口食欲はあるか。朝ごはんを食べたか。
口顔色は悪くないか。
口熱はないか。
口頭痛や腹痛はないか。
口下痢はしていないか。
口皮膚がただれていないか。発疹や湿疹はないか。
ジュクジュクした傷はないか。
ロケガをしていないか。
口爪は切ってあるか。

<目の状態>

- 口目やには出ていないか。
- 口充血していないか。
- 口涙目になっていないか。

<耳鼻口腔の状態>

- 口耳だれ・鼻水がでていないか。
- 口鼻づまりがないか。
- 口くしゃみ咳が出ていないか。
- □耳が痛くないか。

《水泳目標》

級	帽子級	合格	目標		
9	白イルカ		きまりを守って楽しく水遊びができる。		
8	白イルカ②		頭までもぐり水中で息がはける。		
7	黄イルカ		一人で3秒浮くことができる。		
6	黄イルカ②		けのびをして、5メートル泳ぐことができる。		
5	緑イルカ		好きな泳ぎで10メートル泳ぐことができる。		
4	緑イルカ②		好きな泳ぎで25メートル泳ぐことができる。		
3	青イルカ		クロール/平泳ぎで25m泳ぐことができる。		
	青イルカ②		※正しいフォーム※両方合格で青イルカ2つ		
2	赤イルカ		クロール/平泳ぎで50m泳ぐことができる。		
	 赤イルカ②		※正しいフォーム※両方合格で赤イルカ2つ		
1	銀イルカ		クロール/平泳ぎで100m泳ぐことができる。		
	銀イルカ②		※正しいフォーム※両方合格で銀イルカ2つ		
特1	金イルカ		クロール25m 30秒 平泳ぎ25m 40秒		
	金イルカ②		※正しいフォーム ※両方合格で金イルカ2つ		
特2	トビウオ		クロール50m 35秒 平泳ぎ50m 50秒		
	トビウオ②		※正しいフォーム※両方合格でトビウオ2つ		