

ほけんだより 9月

令和6年9月
奥小学校
保健室

みなさん元気に夏休みを過ごすことはできましたか？2学期も「早ね・早起き・朝ごはん」を心がけ規則正しい生活をみにつけましょう。まだまだ暑い日が続きます。熱中症にも気をつけましょう。

9月9日は「救急の日」です。安全に学校生活をすごすために、どうしたらケガを防ぐことができるのか一緒に考えていきましょう。

自分でできる応急手当 しってる？てあてのしかた

すりきず 水道の水で洗い流す

はな血 すわって、小鼻をつまむ



つき指 動かさないで冷やす



足のつり 少しずつのばす



すり傷をしっかりと洗うのはなぜ？

よごれを洗い流すと…



傷口をなおすために、
さいばう かつやく
細胞が活躍できます。



よごれが残っていると…



ばい菌が増えて、
傷口のなおりが遅くなります。



学校で安全にすごすために



学校は、みんなが集まって勉強したり、運動したり、いろいろな活動します。多くの人があるので、みんなが安全にすごせるように、こんなことに気をつけましょう。

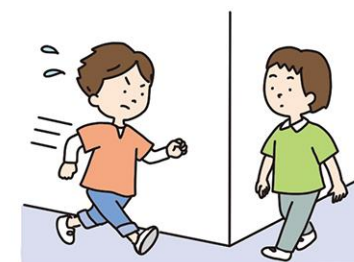
階段

階段を上ったり下りたりするときに、ふざけたり、段を飛ばしたりすると、転げ落ちてしまう危険があります。絶対にやめましょう。



曲がり角

曲がり角では、向こうから人が歩いてくるかもしれません。よそ見をしたり走ったりすると、ぶつかってしまうかも。「だれか来るかもしれない」と思って、気をつけましょう。



ろう下は走らない

急いでもいい、ろう下を走ってはいけません。ろう下を走ると、他の人にぶつかったり、すべりやすくなったりします。走らないでもいいように、時間に余裕をもって行動するようにしましょう。



かさでふざけない

かさを振り回したり、チャンバラごっこをしたりするのは危険です！子ども用のかさでも、かさの先の部分が体や顔（特に目の周り）に当たると、大きなケガになることもあります。かさは、雨にぬれないようにするための道具です。絶対に遊びに使ってはいけません。

