

“いざ”というときに、あわてないために！

— 応急手当の基本をチェック —



1 校庭でころんで、ひざをすりむいたらどうする？



水道の水で、傷口をよく洗う

- これには、大切な意味が2つあります。
- まず一つ目は、傷口についたよごれをきれいに落とすこと。
- 二つ目は、水道水にふくまれている塩素で消毒すること。

少し痛いかもしれないけど、ぐっとこらえて、きれいに洗いましょう。そのあと、保健室へ見せにきてね！

2 カッターナイフでゆびを切ったらどうする？



傷口を強くおさえる

- 傷口に、きれいなハンカチを当てて、上から強くおさえます。
- このときに、傷口を心臓よりも高い位置にもちあげると、効果がアップします。

3 あついお湯が手にかかってしまったら？



大急ぎで冷やす！！

- やけどをしてしまったら、大急ぎで水道水をつけるなどをして、20分以上冷やします。
- 水ぶくれができることがあります。傷口を守る役目をしているので、つぶしてはいけません。

やけどをした場合は、保健室まで、必ず見せにきてくださいね。

けがをしないのが一番ですが、いつ、どこで、だれが、けがをするかわかりません。

じぶんでけがをしたときや家族がけがをしたときに、正しい応急手当ができるといいですね。

うえの3つの応急手当をしっかりおぼえるようにしましょう。

9月の保健行事

身体測定

がっ	が	すい	ねんせい
9月3日(水)	1	年生	3年生
9月4日(木)	4	年生	5年生
9月5日(金)	2	年生	

測定は体操服でします。
髪の長い児童は髪を上
で結ばないようにお願い
します。

運動会の

練習が始まります。

9月でも暑い日が続きます。
毎日、清潔なタオルと水筒
を用意しましょう。

