

ほけんだより 9月

2021年
池田小学校
保健室

9月です。2学期がはじまりました！

いつも『備え』を。
9月1日は
防災の日



2学期がスタートしました。夏休みはゆっくり休むことができましたか？

まだまだ暑い日が続きます。

「こまめに」+「すこしずつ」水分補給をして
熱中症に気をつけましょう！



外から帰ったとき・ごはんの前・トイレの後の『せっけんを使った手洗い』で、コロナ対策もしっかりしていきましょう☆



7つのまちがいをおぼえよう！



保護者のみなさまへ

毎日、登校前にお子さまの健康観察をしていただき、ありがとうございます。
岡山県でも連日多くの感染者が出ており、また、感染力の強いデルタ株の感染が広がっている状況です。

引き続き、健康観察・体温記録カード記入のご協力をお願いいたします。

また、体温記録カードのチェック項目を参考にいただき、
少しでもお子さまの体調がいつもと違う様子であれば、
お家でゆっくり休ませてあげてください。 よろしくお願いたします。



てあ けかの「手当て」

じぶん ただ 自分で 正しく できるかな？



「けがをした！」



「手が下だ！」



9月9日は『9』が2つ並ぶことから『救急の日』とよばれて
います。「救急」とは、急に病気になった人や、けがをした人に
「手当て」をすることです。

ころんで すりむいたところを水であらったり、打ったところを
氷でひやししたりすることも、立派な「手当て」です。自分で正しい
手当てができると、カッコいいですね(*^*)☆

ひさを すりむいたときの 正しい「手当て」は？

運動場で おにごっこをしていたら、
ころんじやった！
ひざから血が出ているよ。



水道の水で、しっかり傷口を洗い流
そう！

血が出ているときは、
洗い流したあとに、
きれいなハンカチや
ガーゼなどでおさえます。



虫にさされたときの 正しい「手当て」は？

① いたい！
ハチにさされちゃった！



① すぐにせっけんと水であらおう！そ
のあと、虫さされの薬をぬり、はれて
いるときは冷やします。

② かゆい！
ケムシに
さわっちゃった！



② さわったところをガムテープでおさ
えて、毛を取ろう！そのあと、
せっけんと水であらいます。



う 打ったとき・ひねったときの 正しい「手当て」は？

階段でころんで、
足を打っちゃった！



バスケットをしていて、
足をひねっちゃった！



RICE 処置をしよう！

R：動かさない。
I：冷やす。
C：圧迫する。
E：心臓より高くする。

