

かたぼろし

H29.9.6
東小田小保健室
國武美穂子
第8号



9月9日 救急の日

ケガをしたら

自分でできる応急手当

- ✕ やってはいけないこと
- やってほしいこと

<p>すり傷 グラウンドでこけちゃった</p> <p>✕ 傷についた砂やドロを手で強くはらう すぐに、ばんそうこうを貼る</p> <p>○ 砂やドロを、水でよく洗い流す</p>	<p>きり傷 カッターナイフで切っちゃった</p> <p>✕ 血が出ていたら、なめる</p> <p>○ せいけつなハンカチで傷口をおさえる</p> <p>出血が多い時は病院へ</p>	<p>つき指 ボールが当たった</p> <p>✕ 指をひっぱる</p> <p>○ 氷を入れたビニール袋などで冷やす となりの指とテープで固定</p> <p>はれや痛みがひどい時は病院へ</p>
<p>さし傷 木の小さなとげがささった</p> <p>✕ よこれた指でつまむ</p> <p>○ 毛抜きでつまんで抜く 消毒をする</p> <p>抜けないときや、残ってしまったときは病院へ</p>	<p>さし傷 さびた釘をふんでしまった</p> <p>✕ 家で消毒するだけ</p> <p>○ 病院へ行く</p> <p>破傷風の危険があります</p>	<p>やけど 熱いお湯が手にかかった</p> <p>✕ 氷を直接あてる すぐ薬をぬる</p> <p>○ すぐ水道水で冷やす</p> <p>水は強くあてずにやさしく</p>
<p>鼻血 急にでてきたよ</p> <p>✕ 上を向く 首の後ろをたたく</p> <p>○ あごを引いて鼻をつまむ</p>	<p>目にゴミ なにか目に入った</p> <p>✕ こすってみる</p> <p>○ まばたきをして涙で流す 取れないときは、水で流す</p>	<p>ねんざ 足をひねっちゃった</p> <p>✕ 痛い足を地面につけて歩く あたためる</p> <p>○ その場で安静に 氷を入れたビニール袋で冷やす</p>

暑い暑い夏も、ようやく朝晩が涼しくなってきました。元気にしていますか？

せいかつ 生活のリズムをとりもどそう！

朝からあくびの出るうちは注意信号です！夏休みの生活の乱れが残っているということ・・・。夏間は、まだまだ暑さも続きます。体の調子をくずさないよう、“早寝・早起き・朝ごはん”で、2学期も元気に過ごしましょう！！

気をつけて！ 登校から下校まで、ケガをせずに迷路を進もう

「危ないこと」を予想できるとケガはぐっと少なくなります

スタート! 登校

階段でふざけていて、オットット...

教室のドアでパチン!

遊具でふざけていてドスン!

ゴール! 下校

ろうかを走っていて、まがり角でゴツン!

はさみをふりまわしてキヤー!