

ほけんだより

9月

栢三小 保健室

秋…

厳しい残暑の中にも、ときどき涼しい風が吹いて、秋の気配が感じられるようになりました。夜には、虫の鳴き声も…。

夏休み中の健康調査からは、子どもたちの休み中の様子を知ることができ、2学期のスタートがスムーズにきれたように思います。

さあ、今学期もがんばっていきましょう！！



ケガの手当て 自分でできることは？

それぞれのケガの手当てとして正しいものを線で結んでみよう！

すり傷

転んだときなどにできる。傷口に土がついていることも多い。

切り傷

ナイフやガラスなどで皮ふを傷つけたときにできる。

ねんざ

関節やそのまわりをひねったり、くじいたりすること。

①すり傷ができたときは、土や汚れを洗い流す。②切り傷ができたときは、傷口をきれいに洗い、消毒し、ガーゼで覆う。③ねんざが起きたときは、冷たい水で冷やして腫れを止める。



9月1日は「防災の日」・9月9日は「救急の日」。今月は、けがについて考える時間をとってみましょう。

けがをした時にどうしたらいいか！それを知っていることは、とても大切なことです。応急処置のやり方で、その後のけがの治りに影響する場合があります。

上の3つのけがは、起こりやすいものです。自分にできる手当てをよく覚えておくといいですよ。

体をきたえよう

9月の目標

