

ほけんだより9月

みなさんはケガをしたことがありますか？きっとあれも一度はケガをしたことがあると思います。自分がケガをすると痛かったり、友達にケガをさせてしまうと悲しかったりしますね。では、どうすればケガを防ぐことができるでしょう。一緒に考えてみましょう。



9月9日は
救急の日

ちょっとまって、ケガする前・ケガしてしまったらどうすればいい？

そうじの時間	休み時間	体育の時間
ちょっとまって!	ちょっとまって!	ちょっとまって!
目にあたり、目の上を切ったら大変！ 友だちにもケガをさせるかもしれないよ	まだ遊びたいから このままでいいか	つぎゆびしちやった…
ほうきはそうじの道具。正しく使おうね	傷口をさわらないように流水で洗ってね	応急手当の基本は「RICE」。安静にして、冷やそうね
道具を正しく使ってケガを防ごう！まわりもよく見てね	きれいに洗って、自分で治そうとする力「自然治癒力」を助けてあげてね	運動前の準備運動も大切だね。つぎゆびくらい…と思わず、安静に

知っていますか？AED!

普段、私たちの心臓はポンプの役割をはたして、全身に血液を送っています。しかし、心室細動(心臓のけいれん)があるときは、ポンプの役割を果たすことができません。心臓に電気ショックを与え、心室細動を取り除く機械が、AED(自動体外式除細動器)です。学校にもAEDがあります。どこにあるか、覚えておこう!



☆ ひがしかんきたがわい くち しょうくいんしつ
☆ 東館北側入り口 ☆ 職員室

RICEってなに？

「RICE」は、応急手当の基本の頭文字です。覚えておこう!

R est 安静にして動かさない	I cing 痛いところを冷やす	C ompression 押さえて圧迫	E levation 心臓より高くあげる

保護者の皆様へ
2学期が始まって約2週間が経ちました。先週からは、全学年、通常授業が始まり、少しずつお子様も疲れが出てきているのではないかと考えられます。2学期は長く、学校行事もいくつかあるため、ご家庭でしっかりと休養をとっていただきますようお願いいたします。

先週金曜日に、歯科検診を行いました。受診や経過観察が必要なお子様に、「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」をお渡ししております。早めの受診をお願いいたします。受診後は、報告書を学級担任にご提出ください。

ほけんだよりのうらに
庄内小99(救急)検定があるよ! やってみよう!





しょうないしょう きゅうきゅう けんてい
庄内小99(救急)検定!

はなち で
1. 鼻血が出たときはどうする?

- ① あおむけに寝る
- ② 首の後ろをたたく
- ③ 下を向いて鼻をつまむ



こたえ ()

たお ひと
4. 倒れている人を見つけたら
どうする?

- ① 体を大きくゆさぶってみる
- ② 知らないふりをする
- ③ 軽く肩をたたいて呼びかける



こたえ ()

しゅっけつ ち で
2. 出血(血が出る)があるときはどうする?

- ① 放っておく
- ② 傷口をきれいなハンカチなどで押さえる
- ③ そのままばんそうこうをはる



こたえ ()

きゅうきゅうしゃ よ でんわばんごう なんばん
5. 救急車を呼ぶときの電話番号は何番?

- ① 110番
- ② 117番
- ③ 119番



こたえ ()



3. やけどしたときはどうする?

- ① 冷却シートをはる
- ② すぐに水で冷やす
- ③ 水ぶくれをつぶす



こたえ ()

えいーでいー なに
6. AEDは何をするもの?

- ① 筋肉に電気ショックを与えて、体を動かす
- ② 脳に電気ショックを与えて、意識を戻す
- ③ 心臓のけいれんを取りのぞき、動きを戻す



こたえ ()

おうきゅうてあて きほん
7. 応急手当の基本の
頭文字は「RICE」
である。

- ① ○
- ② ×



こたえ ()

👍 答え 👍

1. ③ 下を向いて鼻をつまむことで、血が口に流れてくるのを防ぎ、また、鼻血を止めることができます。
2. ② 血を止めるためには、きれいなハンカチやガーゼで押さえ、心臓より高い位置におくことが大切です。
※ 自分以外の人の血は直接触らないようにしましょう。
3. ② 水ぶくれは体を守ってくれています。つぶしてしまうと治るのが遅くなったり、傷がのこったりします。服を着た状態でやけどをしたときは、服の上から水で冷やすようにしましょう。
4. ③ 倒れている人の意識があるかを確認しましょう。助けを呼びに行くことも大切です。
5. ③ 110番は警察への緊急通報、117番は時報の電話番号です。
6. ③ AEDは、心臓に電気ショックを与えて、心室細動(心臓のけいれん)を取り除きます。
7. ① RICEは、R 安静(動かさない)、I 冷やす、C 圧迫(押さえる)、E 心臓より高く上げるという応急処置の基本を表す言葉の頭文字です。

1級: 7問正解

これからもどんどん知識を増やしていきましょう!

2級: 5問正解

こたえをよく読んで、間違えたところを復習しよう!

3級: 3問正解

1つずつ確認して、基本をおさえよう!

みなさんは何級だったかな?
けがの手当てなど、ぜひ、
やってみてね!