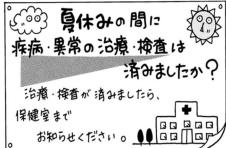


いまいすみしょうがっこう 今泉小学校 たいわ5年9月 おうちの方と 一緒に読みましょう

をごないです。 
をごないです。 
をごないです。 
をごないです。 
をいる意味のでしたが、 
一気に楽しく過ごせましたか? 
をの上では秋になりましたが、まだまだ残暑が続きそうです。こまめに水分補給をするなど、 
をいるように注意が必要です。

早寝・早起き・バランスのとれた食事をとるなど、規則正しい生活を意識して心も体も元気に活動できるように学校モードの生活リズムを整えていきましょう。体調が悪い時は無理せず、ゆっくり休みましょう。



#### けがをしたとき、まずは首分でここまでやってみよう!



きず草の汚れを 水道の水で洗い 流す



直が出ているところ をキレイなハンカチ で描さえる



うつむいて小鼻を ギュッとつまむ



すぐに水道の水 でよく冷やす

ちょっと○○のつもりが・・・犬ケガに!!!

☆ふざけて軽く背中を押しただけ → 階段から落ちて骨折

☆イスを引いてビックリさせよう → 転んで 頭を強打

☆ちょっと足をだしてみた → 顔をぶつけて歯が折れた

いたずらのつもりでも、相手に大ケガを負わせてしまうこともあります!
はあい はあい こういしょう のこ かんが こうとう 場合によっては、重大な後遺症を残すことも・・・。よく考えて行動しましょう。 遊び時もルールやマナーを守って、けがを予防しましょう。



#### のうせきずいえきげんしょうしょう 知っていますか? ~脳脊髄液減少症~

『**脳脊髄液減 少 症**』は交通事故や転倒など、体への強い衝撃により、脳脊髄液がもれて減少することで、頭痛・めまいなどの様々な症 状を引き起こす疾患です。ケガに関係なく発症することもあり、『佐髄液圧症候群』とも呼ばれています。

起き上がると症状が悪化したり、天候の変化を受けやすいと言われており、安静を保ちつつ 医療機関を受診するなど、適切な対応が必要とされています。

ラヒが しょうじょう つづ ぱぁぃ のうしんけいげ か そうだん 疑 われる 症 状 が続く場合は,脳神経外科などにご相談ください。

たりません。 栃木県のホームページには対応可能な専門医療機関の情報が掲載されていますのでご参照ください。 https://www.pref.tochigi.lg.jp/eO4/iryoukikan.html





防災の日は、1923年の関東大震災が起きた日に由来し、9月に まま たいふう こころがま いっぱん あく じしん さいがい 多い台風への心 構えという意味を含めて,地震などの災害について にんしき ふか さいがい たいしょ こころがま そな かくにん 認識を深め、災害に対処するための心 構えや備えを確認するために 制定されました。

## 災害に備えておごう

地震や台風、大雨などの災害に備えて、家の人と一緒に防災グッズや避難の仕方を確認して おきましょう。また、天気予報を見る習慣をつけて、天候が不安定なときは外出を控えるよう にしましょう。













※ヘルメット、 カッター・密切り 現なれ











### 急時の対応

デきなけがの場合、毅識があずを呼ばなければな らないこともあります。みなさんの場合は、まず近 くにいる大人にすぐに知らせるようにしましょう。 もし、まわりに離もいなくて、首分でかけなけれ ばいけない鱶は、あわてず霑ち聋いて、様子を偿え るようにしましょう。(いたずら 電話は絶対にダメ!)

近くにいる大人に知らせる。

#### きんきゅう じ たいおう 緊急時の対応 2AED

AED は、心臓がけいれんして記憶を送り出すこ とができない状態(心室細動)になったとき、電気 ショックを与えて、冷臓の動きを荒に覚すど養機器 

製造は、公共の施設、お佐などにも設置されているので、覚た ことがある。とも愛いと思います。冷でを教うと事なものです。設置し てある場所を覺えておくと、もしもの時に姿立ちますね。

# あわてないで!

**救急車**を呼ぶ時は落ち着いてしっかり伝えよう。

- ①教急であることを伝える。
- ②来てほしい性所を伝える。
- ③真答の悪い人の**症状**を震える。

だれが、どのように どうなったのか わかる範囲で伝えよう

いまいずみしょう 今泉小のAEDは 体育館南側の出入口に 設置してあります!



校庭側