

ほけんだより 9月

平成 27 年 9 月 4 日
城山中央小学校
ほけんしつ

ながかった夏休みも終わり、季節は秋の気配がちらほら…
日中はまだせみの声が聞こえているのに、夕方になるとコオロギの音が聞こえたり、太陽が出ると蒸し暑いのに、雨が降ると肌寒かったり、そんな夏から秋への季節の変わり目です。
こんな時は、温度調整がむずかしく体調を崩しやすいので、羽織るものなどで調整し、元気に毎日を過ごせるようにしましょうね。



9月9日は
救急の日

おぼえておこう！自分でできる



ころんで血が出た！ぶつけてはれてきた！鼻血が出ちゃった！
こんなとき、みなさんは自分で応急手当ができますか？できると思っても、その方法がまちがっているなんてこともあります。
正しい手当の方法をおぼえて、自分で処置できるようにしましょう。

血がでているとき

ころんで、
ひざをすりむいちゃった。



- ①水道水でよく洗います。
- ②清潔なガーゼやハンカチでおさえて、血を止めます。
- ③ばんそうこうで、きずぐちを守ります。

やけどしたとき

あつちやが
熱いお茶が
手にかかっちゃった。



- ①水道水でよく冷やします。
- ②痛みが軽くなるまで、ガーゼなどにくるんだ保冷剤で、やけどの部分をよく冷やします。

鼻血がでたとき

とつぜん、鼻血がでちゃった。



- ①下をむいて、鼻をつまみます。
- ②鼻のおくにむかって、強くおさえます。
- ③口に回ってしまった鼻血は、飲み込まず、うがいをして吐き出します。

目になにかが入ったとき

きゅうに、目がゴロゴロして、
なにか入ったみたい。



- ①水をいれたせんめんきに顔を付けて、まばたきをします。
- ②目をこすると傷がつくので、やめましょう。

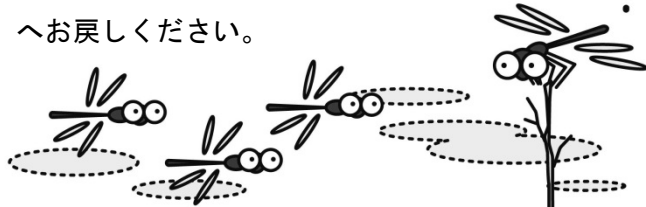
ここからは、おうちの方と一緒に読みましょう。

9月のスケジュール

9月1日(火) 身体計測 全学年

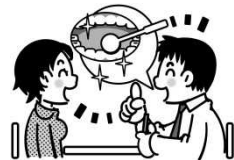
10日(木) 歯科検診 全学年

※身体計測および歯科検診の結果は、『健康票』にてご家庭へお知らせしますので、結果をご確認いただき、押印後学級担任へお戻しください。



秋の歯科検診について

9月10日(木)の第2回歯科検診は、学校歯科医三木先生のご厚意により実施されます。検診結果については『健康票』で全家庭へお知らせいたしますが、治療が必要な場合は、治療についてのお知らせを配布しますので、早めに専門の医療機関を受診されることをお勧めします。



119番、かけられますか？

突然の出来事で、びっくりしますが、落ち着いてかければ大丈夫!!

119番に電話します。携帯電話からでも局番なしでかけられます。



火事ですか？救急ですか？

救急です。



場所はどこですか？

〇〇市〇〇町〇〇番地
〇〇公園です。



どうしましたか？

小学〇年の〇〇さんの目にボールが当たって痛がってます。



あなたのお名前と、いまかけている電話番号を教えてください。

私は〇〇です。

電話番号は〇〇〇です。

AEDってなんだろう？



AEDの場所を確認しましょう!!

本校の【AED】は、体育館の西側出入り口付近の壁に、白い箱の中に入っています。AEDは、音声ガイダンスが流れて、そのとおりに使用すれば誰でも安全に使えます。万が一、AEDが必要のない人に使ってしまった場合、ガイダンスが教えてくれるので心配いりません。保護者のみなさまも、本校体育館にいらした際には、是非、AEDの場所を確認してみてください。【注!!白い箱をあけると、大きな音がします。】

本校のAEDはここです！

