



9月9日は救急の日

保健室に行く前や、おうちの人に見てもらう前に、自分でできる手当をおぼえておこう！

★すい傷

傷口やそのまわりを水道水でよく洗い流し、清潔なガーゼやハンカチでおさえます。

★鼻血

少し下を向き、鼻を両側からつまみ、奥に向かって強く抑えます。上を向くのは、のどに血が流れるのでやめましょう。

★ねんざ・だぼく

氷水で冷やして動かさないようにします。はれがひどくなったり、痛みがおさまらない時は、病院へ行きましょう。



注意 ◆けがの手当てで注意すること◆

★つき指をした時は、引っぱったりもんだりしない。

つき指を引っぱると、痛みやはれを悪化させる原因となります。

★やけどをした時の水ぶくれはつぶさない。

やけどをしたら、流水で冷やすのが正しい方法です。

水ぶくれをつぶすと、ばい菌が入る原因となります。

保護者のかたへ

学校生活がスタートしましたが、まだまだ暑い日が続く、登校するのがきついと感じているお子さんもいらっしゃると思います。運動会の練習も始まり、体力的にも精神的にも疲れやすい時期です。が、子ども達が成長するチャンスでもあります。

お子さんが疲れて帰った時には、「がんばってるね！」と声をかけてあげてください。何よりのはげみになるはずです。

