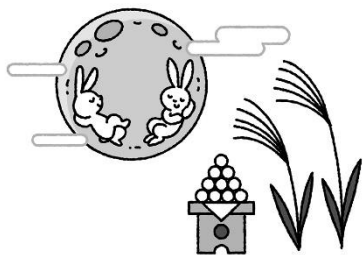


令和5年9月1日 行永分校・保健室 No.5



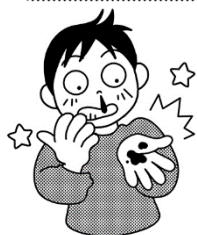
2学期がスタートしました。社会全体で新型コロナウイルス感染症の話題が少なくなってきましたが、まだまだ油断できません。自分の身体を守るためにも、これまで通り「マスク着用・手洗い」に気をつけて、2学期も自分のペースで、いろいろなことにチャレンジしていきましょう。

9月の健康目標 「自分でできる救急処置を知ろう」

けがをしてもあわてないように、まず落ち着いて、自分でできることをやりましょう。

☑ 応急手当、正しいのはどっち？

鼻血



- ☐ 上を向く
- ☐ 下を向く

○鼻血が出たら、下を向いて、親指と人差し指で小鼻を強くつまんで止めよう。

やけど



- ☐ すぐに冷やす
- ☐ 水ぶくれはつぶす

○やけどをしたら、水道の水で長く冷やしましょう。(氷だと冷えすぎて患部を悪くしてしまう可能性があるよ)

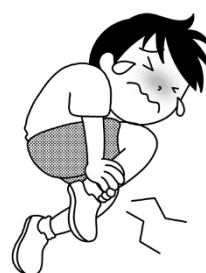
すりきず



- ☐ よく洗う
- ☐ すぐに絆創膏をはる

○水道水で丁寧に汚れを落とそう。血が止まらない時は洗った後に止血し、ばんそうこうなどで保護しておこう。

打撲・捻挫



- ☐ 動かさずよく冷やす
- ☐ 動かか確認し、もむ

○氷を氷嚢などに入れて冷やそう。もんだり動かさず、安静にしておこう。

☆病室で鼻血やすりきずをしたら、すぐに看護師さんに伝えよう！

7つの間違いを探そう！（答えは担任の先生に聞こう）

