



ほけんだより

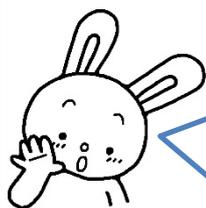


こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標
 よぼう かんたん
けがの予防と簡単な
 てあて しかた し
手当の仕方を知ろう
 H30.9 明石小学校 保健室

9月は記念日がたくさんあります。1日は防災の日。災害に備えて、おうちの方と避難場所は決めていますか？ 9日は救急の日。もし急に倒れた人がいたら、どうしますか。また、自分がけがをした時に正しい手当ができますか？「もしも」の時に何ができるか、考えてみましょう。



けがを予防しよう！～廊下は学校の大通り～



みなさん、「交通ルール」って知っていますか？ 乗り物を運転する人が、事故を起こさないように、そして、私たちも事故にあわないように、みんなで守らなければならないきまりのことです。例えば、「赤信号では渡らない」「車の陰から飛び出さない」など、交通安全教室でも学びましたね。

それでは、学校の中はどうでしょう？ 学校の中にも、道路と同じ役割をしているところがありませんか？ みなさんが、いつも学校の中で通る道…。そう！『廊下』です。『廊下』は、みなさんの行きたい場所をつないでくれる『学校の道路』なのです。



× キ～ンコ～ンカ～ンコ～ン。チャイムと同時に教室からダッシュした人

→ピーッ！ レッドカード！ “飛び出し禁止”
 廊下を走っている人にタックルして、吹き飛ばしてしまいます。



× 廊下の幅いっぱい広がって、横に並んで歩いている人

→ピーッ！ イエローカード！ “渋滞の原因”



× 廊下を走り抜けて行く人 →ピーッ！ レッドカード！ “スピード違反”



1つ1つは、小さなルール違反だけど…、近くにいる人にぶつかって、転ばせてしまったとき、そのお友だちが骨折してしまったら…、もし歯が折れてしまったら…、肘が目にあたってしまったら…。他の人を巻き込んで大けが、大事故になることもあります。

みんなでルールを守って、安全に生活していけるようにしましょう！

応急手当の基本は
RICE



安静にする



冷やす



圧迫する



心臓より高く上げる