

からだから 9月号

文教大学付属小学校
保健室 平成30年9月

今年の夏は例年になく暑かったですね。
熱中症で救急搬送されたり、なくなられたりした方がとても多かったです。まだまだ暑い日が続きますので、熱中症予防を認識していきましょう！



水分補給!!

9月1日は防災の日
台風や地震などの災害について学び、災害に対する心構えを準備する日

文教大学付属小学校では、8月30日「防災の日」として、いざという時に備えてさまざまなことを学びました。みなさん、一人ひとりが自分にもできることがたくさんあるということも、学んだと思います。

<ケガの手当て> 日頃から自分でできることは自分でやろう!

すり傷



きれいに水で洗って
から保健室へ!

切り傷



傷口をキッと
おさえてから保健室へ!

はなち

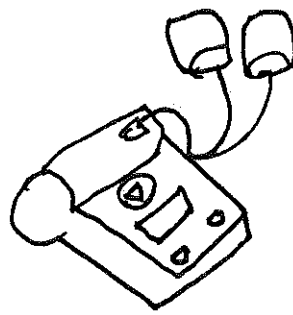


鼻をつまんで下を
むく!

<AEDどこにある> もし、今、目の前で家族や友だちが急に

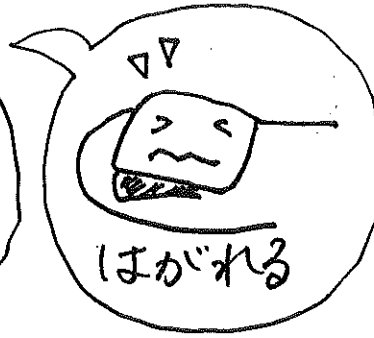


倒れてしまった時、その命を救えるのはあなたかも。
駅やデパートなどで見かける「AED(自動体外除細動器)」
は、心臓の異常を発見し、電気ショックを与えて、正常な

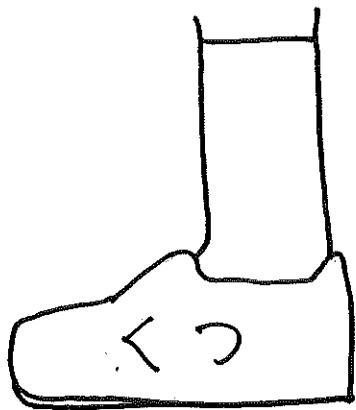


リズムに戻すものです。学校では、
保健室、職員室、第2運動場に
あります。おうちの近くのAEDも
どこにあるか調べてみてください。

夏休み明けチェック!!



1学期、意外とタカったのが つめのケがです。つめには指先を守る
 他、力を入れる時に支えるなどの大切な役割りがありますが、伸びす
 ぎはケガの原因になります。自分が痛い思いをするだけでなく、
 お友達を傷つけてしまう可能性もあります。週間に1回くらい
 は、手も足もチェックするようにしてください。



うわばき . 外ばき . がわくつ

どれも自分の足に合ったサイズをはけていますか?
 大きすぎたり、小さすぎたりするのは、成長中のみなさ
 んの足を变形させたり、傷つけたりする原因にな
 ってしまう。夏休み中にサイズが合わなくなっ
 ている人もいますので、早めにおうちの人に伝えて買っ
 てもらうようにしてください。

おうちの方へ

今年の夏は本当に暑い夏でした。まだまだ
 厳しい残暑が続きます。ご家庭でも引き続き水分補給
 のお声かけをいただきますようお願いいたします。

上ばき、外ばき、体えう着などで、サイズが小さくなっている
 子もいます。様子を見て買い替えをお願いいたします。

2学期も子どもたちが元気いっぱい学校生活を送るなか
 で、お手伝いさせていただきます。何かありましたらいつでも保健
 室にお立ちよください。

養護 中島綾子