

ほけんだより 9月

山形県立楯岡特別支援学校
保健室
No. 7 2024年9月11日

「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂合わせから、この日を救急の日といいます。救急について知ろう！という日です。もし、家や学校でケガなどをしたときには、すぐに手当てをすることが大切です。お家の人や保健室で手当てをする前にみなさんでもできることがあります。下のイラストを見てできることをやってみましょう。



じぶん おうきゅうてあて

自分でできる応急手当 しってる？ てあてのしかた

すり傷



→水道水でよく洗いましょう

鼻血



→鼻をおさえて
下を向きましょう

やけど



→水道水で
30分以上冷やしましょう

目にゴミ



→洗面器に
ためた水に
顔をつけてまばたきをしましょう

ねんざ



→動かさないようにして
冷やしましょう

ケガ予防のために、爪は切りましょう。



学校ホームページに「保健室」のページができました。現在は、「服薬関係の書類」を載せていますので、必要時そこからダウンロードしてご活用いただければと思います。今後、ほけんだよりも載せていきます。

