

# 「ほっ」❤️ とする保健室からのほけんだより

## ほっとけんしつ

令和3年11月22日  
5年生 けがの手当号  
牛島小学校保健室

おうちの人とよみましょう

### 5年 保健学習「けがの手当て」

～学習のめあて～自分でけがにあった方法で手当てができるようにする

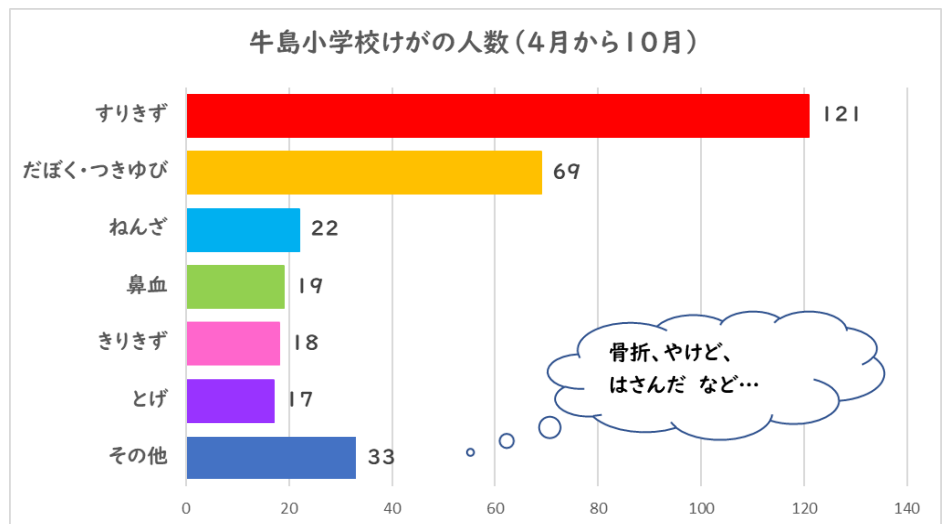
5年生の保健の学習で「けがの手当て」(教科書p32-33)についての授業をおこないました。

#### 1 牛島小学校ではどんなけがが起きているのでしょうか

まず、保健室の来室状況をみながら、牛島小のけがで起こりやすいけがをグラフから読み取りました。その後養護教諭よりけがの名前や種類について事例(\*1)を紹介しながら話をしました。教室の様子では、「すりきず」と「きりきず」はどう違うの?という意見もありました。

##### 【\*1けがの事例】

- 1すりきず・・・昼休みにおにごっこをしていたら、ころんでしまい、地面にひざを擦ってしまいました。
- 2だぼく・・・教室で机の角に手をぶつけてしまい内出血してしまいました。
- 3ねんざ・・・チャイムがなったので急いで教室に戻ろうとしたら転んで足首を捻ってしまいました。
- 4鼻血・・・ドッジボールで鼻にボールがあたり、鼻血が出てしまいました。
- 5きりきず・・・図工の時間にカッターで指をきってしまいました。



#### 2 近くにけがをした人がいたらどうしますか?(個人→グループ活動)



今までの経験から手当の方法を個人で考えました。けがの事例の1～5のけがについてジャムボードの付箋に手当の時にやることをけがごとに書き出しました。担任が出た意見をまとめ、出た意見をもとに班に分かれて実際に模型を使って手当の手順や道具を確認していきました。



## ～グループでの話しあい～

近くに保健室がない場合、お家の人がない場合、限られた道具を使ってどのように処置をすればよいでしょうか？

### 【使える道具】

1 ハンカチ 2 ティッシュ 3 水 4 氷水 5 ばんそうこう

きりきずは、きれいに傷口を洗ってばんそうこうをはろう

だぼくは氷で冷やすけど冷たすぎるのでハンカチもね！



教室で、普段持っているものを聞いたところ、ハンカチやティッシュの他にばんそうこうも持っているという子がたくさんいました。

## 3 手当の仕方を発表しよう

代表児童に出てきてもらい、班で話したことを説明してもらいました。どのクラス、どのグループも経験を元に丁寧に処置ができました。



## 4 養護教諭から処置の仕方のまとめをしました

ポイントは**清潔**・**圧迫**・**冷却**・**安静**

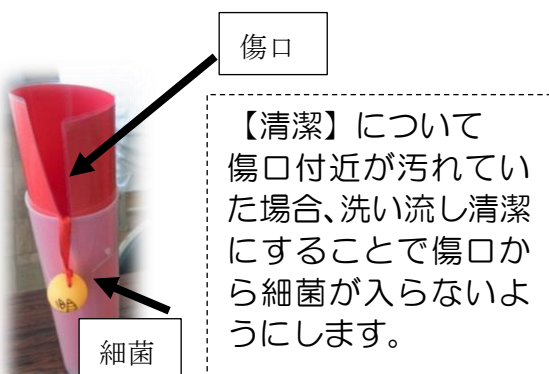
**すりきず** **きりきず**・・・傷口をきれいに洗い**清潔**にしてからばんそうこうを貼ります。

**はなち**・・・下を向き、ティッシュで小鼻の上をしっかりと**圧迫**して止血します。

**だぼく** **ねんざ**・・・患部を**冷却**することで、内出血や炎症を抑えることができます。

けがをしたときは、**安静**にすることでけがの悪化を防ぐことができます。

\*授業では触れませんでした。捻挫は包帯などで圧迫し、安静にしたり、腫れを抑えたりする方法もあります。



【冷却】について  
赤い筒を血管に見立てて話をしました。冷却することで血管が収縮し、血流をおさえます。



【圧迫】について  
写真のように、圧迫し押さえることによって血流を抑制し、止血をします。