

「ほっ」❤️ とする保健室からのほけんだよ!



令和3年9月13日
第 6 号
牛島小学校保健室

ほっとけんしつ

今日から全校そろって2学期開始です

先週の分散登校の時に夏休み中の話を聞いたところ、工夫をして野外で体を動かしたりステイホームで家の中で工夫をしながら過ごしていたりしていたとのことでした。みんなが共通して話してくれたことは「友達に会えなくてさびしい」ということでした。分散登校でクラスの人数が半分になりましたが、感染対策を講じた上で共に学校生活を送れる喜びが伝わってきました。今後も学校では、しっかり感染対策を行いながら生活をしていきます。みなさんも自分のため、みんなのためにできることを確実に行っていきましょう。

✚ 9月は救急・防災について考える月です ✚

今月は自分たちができる救急・防災について考えていきましょう

けががあてクイズ

Q1 コブができた時の正しい手当のしかたはどれでしょう



①ばんそうこうをはる

②こおりでひやす

③ほうたいをまく



Q2 鼻血の正しい手当のしかたはどれでしょう



①はなをつまみ上をむく

②はなをかむ

③はなをつまみ下をむく



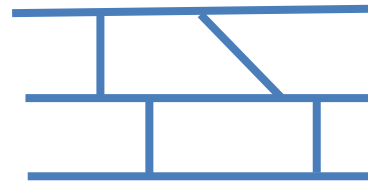
Q3 すりきずの正しい手当の仕方はどれでしょう



①水でよくあらう

②あらわずばんそうこうをはる

③そのままかわかす



【クイズの解説】

Q1 …A. 内出血をしてはれている状態です。ぶつけた時には冷やして安静にしましょう。

Q2 …A. 鼻血が出た時は人差し指と親指でしっかり小鼻をつまみ下をむきます。上をむくと喉にながれてきてしまうから注意しましょう。

Q3 …A. 水道水で傷の周りの土や砂を落としましょう。そのままばんそうこうをはると細菌などで傷がひどくなってしまいます。

救急車の出動は5秒に1回って知ってる？

総務省消防庁の最新のデータ（令和元年度）によると、全国で救急車は約5秒に1回出動していて病院に運ぶ人数も年々増えています。今はコロナウイルス感染拡大でこれよりも、もっとたくさんのお出動をしていることなのでしょう。そこでみなさんができることを考えてみてください。

「私たちには救急者は関係ない」と思っていませんか？思いがけない大きなけがや急病の時にはやはりお世話になります。みなさんにできることは、日頃の生活でけがをしないように注意したり、具合が悪くならないように生活習慣を整えたりして必要な人に救急車を使ってもらえるように協力することだと思います。



もし、緊急時に消防や警察に電話をしたいときどうしよう？

最近あまり、公衆電話をみかけませんが使い方を知っていますか？緊急時に消防や警察に電話をしなければいけないときに携帯電話がない、お金をもっていないという場合には公衆電話が使えます。緊急時の消防=119や警察=110を公衆電話でかけるときはお金がなくてもつながるようになっていきますのでおぼえておきましょう。

はじめての公衆電話キッズページ参照 <https://www.ntt-east.co.jp/ptd/kousyukids/parent/>



【公衆電話でのかけ方】

- ①受話器をとりましょう。
 - ②下の赤いボタンを押します。
 - ③番号を押すとつながります。
- *②の赤いボタンがない電話は押さなくてもつながります。



【家の近くの公衆電話探そう】

わたしの家の近くの公衆電話は

です