



夏休みはどのように過ごしましたか？今年コロナ禍での2度目の夏、オリンピック・パラリンピックも開催されました。日々たくさんの我慢や制限のある生活ですが、みなさんの夏休みが有意義なものであったことを願います★

さて、2学期が始まりました。引き続き感染対策を徹底し、心も身体も健康に過ごしましょう！

9月9日は救急の日です！

救急とは、急病やケガの応急手当をすることです。大きな病気やケガだけでなく、すり傷や切り傷などの手当ても救急の仲間です。自分や家族、友達がケガをしたときの手当ての方法を覚えて、実行できるようにしておいてくださいね。

すり傷・・・「校庭で走っていたら転んじった」

そんな時は？ ⇒ 砂やドロを水でよく洗い流す！！



切り傷・・・「カッターナイフで紙を切っていたら、誤って手を切ってしまった！！」

そんな時は？ ⇒ 清潔なガーゼやハンカチで傷口をおさえる！出血が多い時は病院へ。

つき指・・・「バスケットボールをやっていたら、ボールが指に当たっちゃった」

そんな時は？ ⇒ 氷などで患部を冷やす！腫れや痛みがひどい時は病院へ。

鼻血・・・「何もしていないのに、突然、鼻血が出てきた！」

そんな時は？ ⇒ あごを引いて、鼻をしっかりとつまんで様子を見る。

★家族や友達が、目の前で倒れたら ～119番通報できますか？～

119番に電話をかけると、誰が、どこで、どのような状況であるのかを聞かれます。あわてず、落ち着いて丁寧に答えましょう。

家の電話の近くには、自宅の住所や電話番号をメモして置いておくと安心です。

●例えば…

こんな質問に答えられますか？

①火事ですか？救急ですか？

②場所はどこですか？

③どうしましたか？

④あなたの名前と今かけている電話番号を教えてください。

～保健室より～

みなさん、初めまして！令和3年8月30日より高松中学校に着任しました、養護教諭の深瀬絢子(ふかせあやこ)です。みなさんが安心・安全な学校生活を送れるようにサポートしていきます。また、ほけんだよりではみなさんのお役に立てる情報を載せていきたいと思っています。よろしくお願いします！