

# ほけんだより

9月号

夏休みが終わり、授業が再開しました。学校におけるコロナウイルス感染およびその拡大のリスクを可能な限り低減できるよう、引き続き、朝の健康観察やマスクの着用についてご理解とご協力をお願いいたします。また朝の健康観察は、Google フォームへの入力を忘れないようお願いいたします。



## 勝つのは手洗い!

手洗いを忘れてしまうワースト5です。

- ①教室に入る前
- ②休み時間
- ③体育の後
- ④給食前、トイレの後
- ⑤掃除の後

一人ひとりの行動が大切です

## 9月9日は救急の日

いくつ分かるかな? 9のチェック!

### ケガをしたときは



- ① あおむけに寝る
- ② 首の後ろをたたく
- ③ 下を向いて鼻をつまむ



- ① 氷で冷やす
- ② 傷口をハンカチなどで押さえる
- ③ そのままばんそうこうを貼る



- ① 冷却シートを貼る
- ② すぐに水で冷やす
- ③ アロエをぬる

### もしものときは



- ① 軽く肩をたたいて呼びかける
- ② 大きく揺さぶって反応をみる
- ③ 知らないふりをする



- ① 脳を刺激して意識を戻す
- ② 筋肉を刺激して体を動かす
- ③ 心臓のけいれんを止めて動きを戻す



### 救急車のことは



- ① 110番
- ② 117番
- ③ 119番



- ① 8.7分
- ② 16.2分
- ③ 20.3分



- ① 500台
- ② 3,200台
- ③ 6,300台