

ほけんだより

令和7(2025)年8月 大阪市立矢田ユビ小学校 保健室

2学期が始まりました。久しぶりにみなさんに会えてうれしいです。
夏休みは元気にすごせましたか？2学期が始まって学校のリズムに
戻っていくことが難しい人もいらっしゃるかもしれません。少しずつ慣らしていまはう。

学校で安全に過ごすために

学校では、たくさんの方が集まり、勉強したり、運動したり、
いろいろな活動を行います。みんながけがをしないよう安全に過ごすため
にはどんなことに気をつければいいでしょうか。

【かいぞん】

階段を上り下りしたり、
走るときは、ふざけたり、段を
飛ばしたりすると、転落してしまいかも
しません。

【ろうか】

ろうかを走ると、すべったり、ぶつかりたりするかもしれません。
走らず、ゆっくり歩くようにしましょう。

【まがりかど】

曲がりかどでは、走ったり、
よそ見をしたりすると、たれかと
ぶつかるかもしれません。

9月9日は救急の日です。
救急とは、急に大変なことが起きたときにそれを救うことです。
特に、急に病気になる人やけがをした人に応急の手当てを
することです。自分でできる手当ての方法を知っておくといいですね。

すりきず

・きれいな水で十分に洗う。

はなぢ

・下を向いて小鼻を清潔な
ガーゼなどで押さえ止血する。
※血を飲みこんでしまうことがあるので
上を向かないようにしましょう。

きりきず

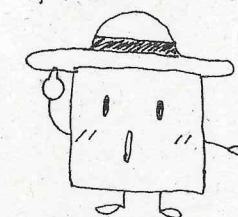
・患部をきれいな水で十分に洗う。
・傷口に清潔なガーゼを当て止血する。

やけど

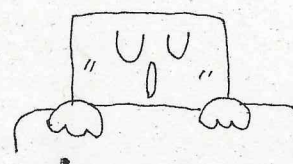
・軽度のやけどのときは、痛みがなくなる
まできれいな水で十分に冷やす。
・重度のやけどのときは、無理に洋服を
脱がそうせず、洋服の上から冷やす。

まだまだ暑い!!

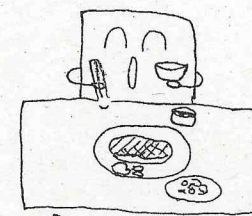
2学期が始まっても外はまだまだ夏の様に暑いです。これから運動会の
練習も始まります。次のことに気をつけてくださいね。



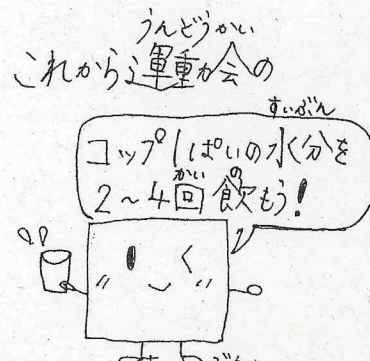
ぼうしをかぶる



すいみんをとる



すきらいせずたべる



水分をとる