

ほけんだより

No.5

銚子市立双葉小学校
保健室
令和4年9月2日

2学期が始まりました。自由な時間がたくさんあった
夏休みから、学校モードへの切りかえが必要ですね。ま
だまだ暑い日が続きます。規則正しい生活を心がけ、
体調を崩さないようにしましょう

まいにちげんき いいリズムで毎日元気!

トイレに行く

早く起きる

あさごはんを食べる

早く寝る

からだを動かす

お風呂に入る

生活リズムを整えて、2学期も元気に過ごしましょう

保護者の方へ

各種検査日程

10月13日(木) 脊柱側わん症検査	5年生
18日(火) 心電図検査	1・4年生
11月10日(木) 生活習慣病予防健診	4年生希望者
18日(金) 脊柱側わん症二次検査	5年生対象者

精密検査が必要となった場合のみ、「治療のおすすめ」
を配付します。早めに専門医へ行くようにしましょう。

治療結果について

治療・検査が終わりましたら、「結果連絡票」
を提出してください。



9月1日は防災の日

9月9日は救急の日



これ、
どこにある?

非常口



学校の中やよく行く場所の
どこにあるか知っていますか?

AED



公衆電話



どうして
けがをしたのかな?

自分は・・・
考えごとをしていた
ふざけていた
急いでいた

まわりは・・・
人がたくさんいた
雨でぬれていた
暗かった



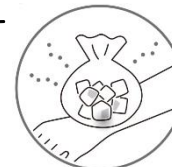
けがをしないために
次はどんなことに
注意すればいいか
考えてみましょう

自分でできる
手当てのキホン

洗う



冷やす



傷口についた砂や
汚れを洗い流す

ビニール袋に入れた
氷などで冷やす

押さえる



清潔なハンカチなどで
傷口を押さえる