

ほけんだより 9月

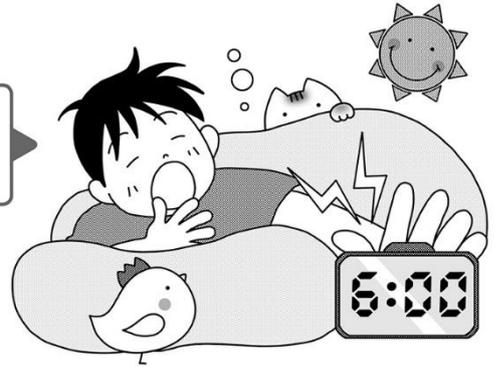
銚子市立船木小学校
保健室
NO.8
R5. 9. 1

なつやす お がっき
夏休みが終わった！さあ、2学期だ！



しっかり寝る

すこ ね ぶそく あさ
少し寝不足でも朝は
とりあえず起きる



夏の
疲れ バイバイ!



す 好きなことで
リラックス～



しっかり食べる！

豚肉なんて
おススメですよ

なつやす なが
夏休みは長かったですか？それともあっという間でしたか？いろいろな体験や
けいけん ひとまわ おお
経験をして、一回り大きくなったことでしょう。

まだまだ暑さは続きますが、行事が盛りだくさんの2学期を元気に過ごせるよ
う、生活をもどしていきましょう！

がっき けんこうしんだん よてい 2学期の健康診断の予定

ひ 日にち	けん さないよう 検査内容	たいしょうがくねん 対象学年
10月 5日 (木)	せきちゅうそくわんしゅうけん さ 脊柱側弯症検査	5年
26日 (木)	しんでんずけん さ 心電図検査	1・4年
11月 9日 (火)	せいかつしゅうかんびょうよぼうけんしん 生活習慣病予防健診	4年



がっこう

い ばしょ

学校、よく行く場所…



はどこにある？

9月9日は「救急の日」。さて、学校のAED
 がどこにあるか、みなさんは覚えていますか？
 わす 忘れてしまった人はぜひ、自分で学校の中を歩
 いて、見つけてください。そして、どうしてそ
 こにあるのかも考えてみてくださいね！



学校以外でも、駅や空港、デパート、ショッピングモール、プール、
 たい 体育館、や 野球場、さ サッカー場、りく 陸上競技場などには、ほぼAEDが
 あります。行ったときに探してみましよう。

事故や災害はいつ、どこでも起こります。あなた自身はもちろん、
 おうちの人やきょうだい、友だち…いっしょにすごして、とつ
 ぜんにけがをしたり病気になるたり、ということも。そのときに、



AEDがどこにあるかを知っていれば、自
 分で取りに行ったり、まわりの大人に教え
 たりすることで、『いのち』を助けられる
 かも。いつか自分も使うかもしれないもの
 として、よく行く場所についても、調べて
 覚えておくようにしてほしいと思います。

☑ 応急手当、正しいのはどっち？

鼻血



- 上を向く
- 下を向く

やけど



- すぐに冷やす
- 水ぶくればはづぶす

すりきず



- よく洗う
- すぐに絆創膏をはる

つきゆび



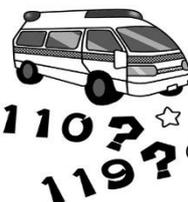
- ひっぱってのばす
- 動かさずよく冷やす

打撲・捻挫



- 動かさずよく冷やす
- 動かか確認し、もむ

救急車



- 110番に電話
- 119番に電話

※答えは、保健室前の掲示板にあります。