

# ほげんだより 9月

9月の保健行事  
19日(火)モアレ検査 1年生



R5.9.1

9月20日より、運動会練習が始まります！けがを防ぐとともに、けがの手当についても確認しておきましょう！9月9日は救急の日！

## タイムスリップ探偵 早く治った謎を解け！

一緒にいてケガをした2人組。  
1人はケガが早く治ったらしい。  
早く治ったのはどっち？ それは何ぞ？

### ケース1+

運動場で転んでケガをした



ケガをした後の行動をみましょう。>>

Aさん



傷口を水で洗った。

Bくん



そのままにした。



早く治ったのは  
Aさんだ！

砂や泥がついたままだと、傷口からばい菌が入ってしまうからね。水で洗って清潔にしよう。

### ケース2+

熱いフライパンを触ってやけどした



ケガをした後の行動をみましょう。>>

Cさん



水道水で  
5分以上冷やした。

Dくん



氷で  
5分以上冷やした。



早く治ったのは  
Cさんだ！

氷だと冷えすぎて皮膚を傷つけるかも。水で冷やして、やけどの進行を遅らせたり、痛みを和らげたりしよう。

### ケース3+

校庭でサッカーをされていてぶつかった



ケガをした後の行動をみましょう。>>

Eさん



動けそうだったから傷口を洗って、そのまま帰った。

Fくん



無理に動かさず、保健室で固定して冷やした。



早く治ったのは  
Fくんだ！

無理に動かすとケガが悪化するよ。打撲やねんざをしたときは、「安静、冷やす、圧迫、拳上」(RICE)を覚えておこう。

～3.11被災地視察研修に参加して part3～  
3月27日～29日の間、「3.11被災地視察研修」に参加しました。

先生方は、避難訓練と実際の避難との違いを痛感したそうです。

#### その1

停電になったので、避難時の校内放送はできなかった。ハンドマイクを持って学校中を回った。

#### その2

学校によっては、放課後だったので訓練時のように授業中の避難ではなかった。運動場で遊んでいる児童、部活動中だった生徒もいた。

現地の言葉「様々な場面での避難訓練！」～現地で見聞してきたことを随時掲載していきます～

9月1日は防災の日。関東大震災から100年！

