

# 9月のほけんだより

令和6年9月3日  
千代田区立麴町小学校  
校長 田村砂弥香  
養護教諭 野地ひとみ

## 9月の保健目標 「けがの手当てを学ぼう」

みなさんはけがをしてしまったときに、自分でけがの手当てができますか？9月9日は救急の日です。  
今月は正しいけがの手当てを学びましょう。

### けがの応急手当、正しくできるかな？

#### すりきず



- ・傷口の土や汚れを水で洗い流す。
- ・血が出ていたらきれいなハンカチなどでおさえる。

汚れがなくなるまで  
きれいに洗おう。



#### きりきず



- ・きれいなハンカチなどで傷口をおさえて圧迫する。
- ・心臓より高いところ上げる。

圧迫して高く上げること  
で、出血を止めることが  
できるよ。

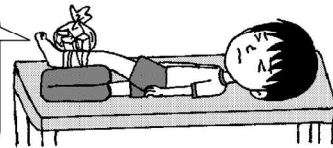


#### だぼく・ねんざ



- ・けがしたところを動かさないようにして、冷やす。
- ・心臓より高いところ上げる。

冷やして高く上げること  
で、腫れや内出血をお  
さえることができるよ。



#### はなぢ



- ・鼻のふくらんでいるところ(小鼻)をぎゅっとつまむ。
- ・静かに下を向く。

止まらないと  
きは、鼻の上  
部を冷やそう。



小鼻をつま  
んで静かに  
下を向くと  
いいよ。

#### やけど



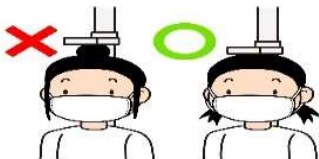
- ・すぐに流水で15～30分ほど冷やす。
- ・水ぶくれができているときは、つぶさない。

服などを着たままやけど  
をしたときは、服の上か  
ら水をかけて冷やそう。



裏面をご覧ください→

## ◆ 9月の保健行事予定 ◆

日時	項目	対象者	連絡事項
3日(火)	発育測定	6年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育着持参</li> <li>・髪の毛の長い児童は低い位置で結ぶ</li> </ul> 
4日(水)		5年生	
5日(木)		4年生	
6日(金)		3年生	
9日(月)		2年生	
10日(火)		1年生	
27日(金) 8:45~	孺恋自然体験交流教室 事前健康診断	5年生	私服で行います。ただし、聴診する可能性もあるため、ワンピースやつなぎの服は着てこないようお願いします。

## 保護者の方へ

発育測定後、「発育のようす」というプリントをお渡しいたします。このプリントは回収いたしませんので、ご家庭で保管してください。なお、視力の状況の欄は春の定期健康診断時のものです。