



このか  
**9月9日**は  
きゅうきゅう  
**救急の日**

- ☺ もしもけがをしてしまったら、自分でできる手当てをしてから 大人の人に言いましょう。
- ☺ まだまだ熱中症に気をつけましょう。

## けがの手当て、できるかな？

早く正しく手当てができると、いたみがやわらいで、きずの治りがよくなります。

**スタート!**

車<sup>こ</sup>でひざをすりむいた!

ながみず  
流れる水であらう

すぐばんそうこうをはる

きず<sup>くず</sup>からバイキンが入<sup>はい</sup>り、ひどく<sup>ひどく</sup>なりました。ちゃんとあらっておけばよかった…。

きず<sup>くず</sup>口がきれいになった!

きず<sup>くず</sup>口には、石<sup>いし</sup>や目<sup>め</sup>に見えないバイキンが ついています。すぐに流れる水(水道の水)であら<sup>あら</sup>いましょう。ばんそうこうは、きれいなきず<sup>くず</sup>口に しま<sup>しま</sup>しましょう。

みず<sup>みず</sup>をあ<sup>あ</sup>てて あらうのがコリ

理科の実験で、火にかけた熱々の器具をさわってしまった!(または、お家でまだ熱いフライパンをさわってしまった!)

みず<sup>みず</sup>をひ<sup>ひ</sup>やす  
すぐ「水で冷やす」

き<sup>き</sup>をひ<sup>ひ</sup>く  
「気合いでがまん!」

やけどはひどくなり、治るのに時間がかかりそうだ…。

あ<sup>あ</sup>つまむところは合<sup>あ</sup>っているようだ!

さて…。

ときどき指をはなし、血が止まっているかをかくにんする

15分くらい指をはなさず、つまみ続ける

鼻血が出た!

「はな鼻をつまんでね。」といわれたよ。少し下を向きながら…。

こ<sup>こ</sup>を<sup>を</sup>つまむ

こ<sup>こ</sup>を<sup>を</sup>つまむ

ち<sup>ち</sup>と<sup>と</sup>ふ<sup>ふ</sup>く<sup>く</sup>を<sup>を</sup>ま<sup>ま</sup>み<sup>み</sup>れ<sup>れ</sup>に<sup>に</sup>。

この服は手であらわないときれいにならなさそうだ…。

いたみがやわらいだ!

やけどの手当てはスピード勝負! すぐに冷やすことが大切です。いたみがやわらいできたら、氷を借りて、1日冷やすようにしましょう。

ち<sup>ち</sup>と<sup>と</sup>ふ<sup>ふ</sup>く<sup>く</sup>が<sup>が</sup>と<sup>と</sup>ま<sup>ま</sup>った!

鼻血を止めるには、しっかりつまみ続けることが大切です。鼻せん(鼻ポ)は、血が止まったあとにつけたか、たらつけましょう。 **ゴール!!**

- 身長
- 体重
- 視力

## 9月の身体計測

か	ねんせい	げつ	ねんせい
9月2日(火)	1年生	8日(月)	4年生
3日(水)	78組	10日(水)	6年生
4日(木)	2年生	11日(木)	5年生
5日(金)	3年生		

めがねがある人はめがねを持ってくる

かみのけを結ぶ人は上や後ろに糸結ばない

たいふくをき<sup>き</sup>てくる

ライス **RICE**よち

さまざまなけがの手当てに生かされます。覚えてみましょう!

Rest 休ませる (うご動かせない)

Ice 冷やす (こおりみず氷や水で)

Compression あはばくする(おさえる) (ほうたいで)

Elevation 上にあげる (しんぞうより高く)

# 保護者の皆様へ

厳しい暑さは少しやわらぎましたが、まだまだ暑い日が続いています。

毎日たっぷりと水分を持たせてください。また、寝不足や朝食抜きも熱中症のリスクを高めますので、規則正しい生活習慣を心がけてください。



## 準備していますか？ 非常持ち出し袋

- ★すぐに持ち出せるところに置いておきましょう。
- ★中身は定期的に交換するようにしましょう。  
(消費期限・使用期限に注意！)

### 【袋の中身(例)】

非常食・水・携帯ラジオ・  
懐中電灯・救急医薬品・現金・  
衣類・タオル・トイレトーパー・  
ウェットティッシュ・マスク・  
レインコート・簡易トイレなど



備蓄は**1週間以上**が望ましいとされています。持ち出し用具は上記のほか、**スマホ充電バッテリー**や女性は**生理用品**、貴重品では現金のほか、**保険関係の契約書の写し**や、**母子健康手帳**なども考えられます(内閣府防災情報 [https://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/pdf/manga\\_east\\_01.pdf](https://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/pdf/manga_east_01.pdf) より)

また、十分な備蓄や準備、打ち合わせは、「いつ大きな地震が来ても大丈夫」という安心感にもつながります。非常時の準備や打ち合わせを、ぜひお子さんと一緒に行ってください。

なお、登校後の地震発生については学校HPの井上ナビ(P.9~10)に掲載の通りですのでご利用ください。  
[https://www2.toyota.ed.jp/weblog/files/s\\_inoue/doc/187054/2097883.pdf](https://www2.toyota.ed.jp/weblog/files/s_inoue/doc/187054/2097883.pdf) ※要パスワード

### スクールカウンセラー来校日

≪9月の来校日≫

4日(木) 10:00~16:00  
11日(木) 10:00~16:00  
18日(木) 10:00~16:00  
25日(木) 10:00~16:00

≪10月の来校≫

2日(木) 10:00~16:00  
9日(木) 10:00~16:00  
16日(木) 10:00~16:00  
23日(木) 10:00~16:00  
30日(木) 10:00~16:00

ご予約は  
担任か養護教諭まで  
ご連絡ください😊

### 9月の身体計測結果について

9月中旬までに、お子さんが以下の配付物を持ち帰りますので、ご確認をお願いいたします。(欠席等で未計測の場合は、計測が終わり次第配付をします)

- ・「**発育状況のお知らせ**」…全員に配付されます。
- ・「**視力測定の結果について(お知らせ)**」…所見があった場合のみ配付されます。

