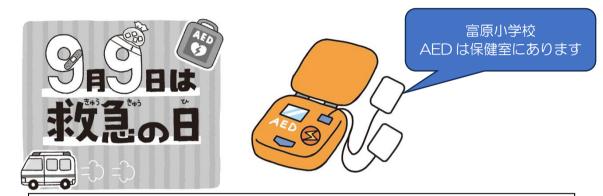


釧路町立富原小学校 ほけんだより 2025.9.9

9月のほけんもくひょう けがのよぼうをしよう



9月9日はごろ合わせで 救 急 の日。

『教 急』って、命にかかわるような急に病気やけがをして、困っている人を助けるために病院や教 急車がくるまでに手当などをして救うことです。

校外学習がたくさんあります

- 1. 気温の変化や自分の体調を考えて、自分で調節できるような服にしましょう。 はきなれた クツ・ぼう し・ すいと うも忘れずに持ちましょう!!
- 2. 乗り物酔いの心配な人は、乗り物の中で楽しくすごしたり、 遠くの景色を見たりして必要以上に気にしすぎないようにしましょう。 酔い止めは、30分前にのみましょう。帰りの分もわすれずに準備ください エチケット袋も用意ください。
- 3. 食べすぎ、食べなすぎは乗り物酔いの原因になります。 朝 食を食べ (食べすぎは注意)、うんちをすませておきましょ
- 4. 複はいつまでもおきていないで、きちんとねましょう。 (ねず足は、判断力や抵抗力を弱め、 事故や熱や症や乗り物酔いの原因になります。)

~保護者のかたへ~

前日・当日朝の健康チェックをよろしくおねがいします。

マ 応急手当 (軽症なきずの手当て) 正 しいのはどっち?

すりきず



鼻血



お急車



打撲・捻挫



やけど



□水ぶくれはつぶす □すぐに冷やす