



学校 HP に保健室の様子も UP しています♪



くがつこのか きゅうきゅう ひ 9月9日は救急の日です！

～自分でできるけがの手当てをやってみよう！～

令和2年8月31日 熊谷市立星宮小学校保健室 第6号

セカンドステージがはじまりました！

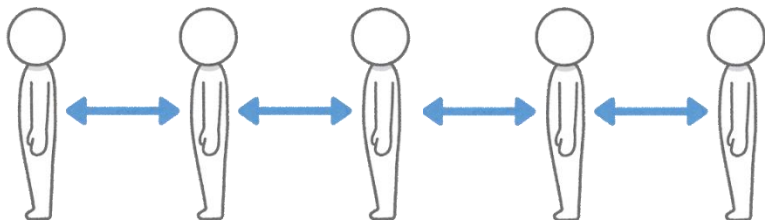
いつもよりも少し短い夏休みでしたが、楽しく過ごすことができましたか？まだ夏休み気分が抜けない人もいかもしれませんが、気持ちをお休みモードから学校モードに切りかえて、がんばっていきましょう♪ まだまだ暑い日が続きますので、コロナウイルス感染対策にプラスして熱中症対策もしっかりと行い、セカンドステージも元気に過ごしましょう！

9月の健康診断の日程についてのお知らせ

日にち	検診内容	時間	対象者	備考
9/ 2 (水)	心臓検診	9時30分から	1年生のみ	痛くない・こわくない検査です
9/ 8 (火)	眼科検診	1時30分から	1・4年生と その他の学年の対象者	前がみが 目にかからない ようにする
9/17 (木)	耳鼻科検診	9時から	1・2・3・5年生と その他の学年の対象者	前日に 耳鼻科を！

※各健康診断は、コロナウイルス感染防止のための対策を十分にとった上で実施します。

- 検査で使用する部屋は、常に窓を開け、換気をします。
- 児童および教員は、入室前に手のアルコール消毒を行います。
- 検査の順番を待つ児童は、1メートル間隔で並んで待ちます。



ひざをすりむいてしまったら…



まずは水道の水で傷口をしっかりと洗ってよごれを落とします。血が出ていたら、ティッシュやハンカチでおさえて血をとめましょう。

鼻血が出たら…



少しだけ下を向いて、親指と人差し指を使って鼻をしっかりとおさえて血を止めます。5分くらいで止まります。全然止まらないときは保健室へ！

手をハサミで切ってしまったら…



ティッシュやハンカチで傷口をおさえて血を止めます。たくさん血が出ているときは、傷口を心そうよりも高くなるように手をあげましょう。

目の中にゴミが入ってしまったら…



しずかにまばたきをして、涙といっしょに流します。目をゴシゴシこすると取れなくなってしまうこともあるので注意。違和感が続くようなら受診を！

こんなときは迷わず病院を受診しましょう！！

- ① 頭を強く打ち、記憶障害・吐き気・手足のしびれなどがある場合
- ② 目やまぶたの打撲により目が開かない・視界がぼやけるなどの場合
- ③ 手や足の関節に明らかな変形や腫れがある場合
- ④ 切り傷が深く、出血が多量で止血が難しい場合 などなど



心配なときにはかかりつけ医に相談しましょう！

最近テレビなどでよく「コロナ禍」という言葉を見聞きするようになりました。むずかしい漢字ですね。「禍」という漢字は、「わざわい」とも読みます。よくないこと・危険な状態のことを意味します。さて、みなさんは、「禍を転じて福となす」ということわざを知っていますか？「自分の身にふりかかったわざわいや不幸を、うまく活用して、逆に自分に役立つようにしてしまおう！」という意味のことわざです。これにならって、「コロナ禍」を「福」へと変えてみませんか？こんな状況だからこそできることをぜひぜひ探してみよう♪

