ほけんだより９月

茨木市立郡山小学校

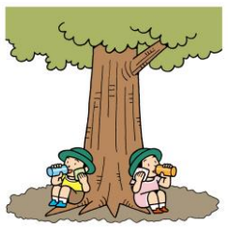
2017年9月25日(月)

頑張れ！運動会

２学期が始まって１か月がたちました。運動会は今週末にせまってきました。だんだん疲れが出てきているようですね。保健室でお休みする人や欠席する人が多くなってきたように感じます。もう少しで本番です。休養・食事を大切にしましょう。

保健委員会の活動より・・・★

保健委員会から各クラスにポスターを作成しました。運動会の練習の中で気を付けてほしいことを学年に合わせて工夫して作ってくれました★保健委員会のみんなからのメッセージを大切にして運動会の練習頑張ってくださいね★



ケガの手当てについてしろう！

９月の身体測定の際に、「ケガの手当てについて知ろう！」というテーマで保健指導をおこないました。低学年では、ケガの名前について知り、そのケガをしたときにどのような手当てができるか勉強しました。自分で出来ることを知って、自分の体を大切にしてくださいね。

① 走っていてつまずいてこけた　　≪すりきず≫

② 工作ではさみで指を切ってしまった　　≪きりきず≫

③ ドッジボールで指にボールが当たった　　≪つきゆび≫

④ 階段を急いで降りていてぐねった　　≪ねんざ≫

⑤ イスを揺らしていて頭を机にぶつけた　　≪だぼく≫

自分でできることは？ きゅうきゅうしょちクイズ

A すりきず

校庭で走っているときにころんだ！

- ①水道で砂やどろを洗い流す
- ②すぐにばんそうこうをはる
- ③そのまま保健室で先生に見せる

B さしきず・きりきず

ぬい針が手にささって血が出た！

- ①風を送って傷口をかわかす
- ②きれいなハンカチでおさえる
- ③友だちに見てもらう

C 鼻血

友だちとぶつかって鼻血が出た！

- ①上を向いて首の後ろをたたく
- ②血がたれないよう走って保健室に行く
- ③顔を少し下に向けてすわり、鼻をつまむ

D つき指

ボールが指先にあたった！

- ①指を引っぱる
- ②動かしながらあたためる
- ③なるべく動かさずに冷やす

E やけど

料理をしていてお湯が手にかかった！

- ①流水で冷やし続ける
- ②ためた水で冷やし続ける
- ③保冷剤で冷やす

F 虫さされ

下校中にハチにさされた！

- ①水だけで洗って冷やす
- ②石けんで洗って冷やす
- ③石けんで洗ってあたためる

【こたえ】A…①　B…②　C…③　D…③　E…①　F…②