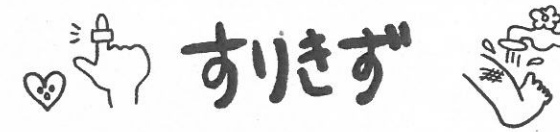
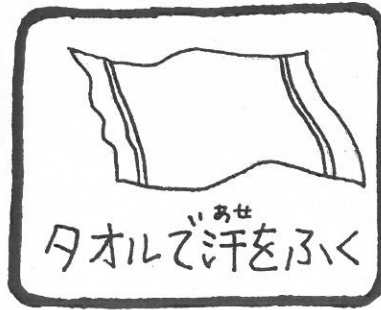
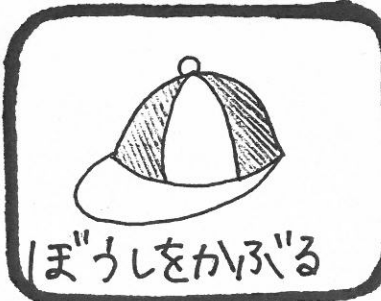
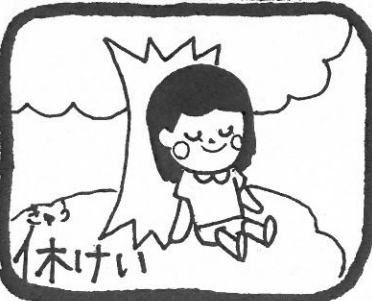


# ほけんだより9月

平成29年  
穂積小学校  
保健室

## もうすぐ運動会です

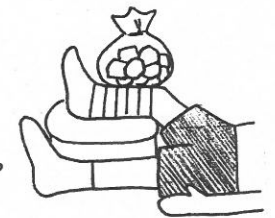
あつ〜い夏がおわり、2学期が始まりました。  
毎日運動会の練習をがんばっていますね。  
運動会に向けて体調・準備をしっかりととのえましょう！



傷口について石やごみを水できれいに流し  
清けつたタオルやガーゼでおさえて、血が  
止まるのを待ちます。いそぐより高く  
上げると出血の量が少なくなるよ。

## ねんぞ、つきゆび、だぼく

- R**est : 動かさずに安静にしよう。
- I**ce : すぐに氷まくらやアイスノンで冷やそう。
- C**ompression : 包帯などで巻いて圧迫しよう。
- E**levation : けがをした部分をいそぐよりも高く上げよう。



- 「けがをしないためのやくそく」
- ★ 体調がわるいときはむりをけない。
  - ★ 足に合った靴をはきましょう。
  - ★ 先生の話聞きましよう。

はなち  
鼻をつまんで下を向く。  
上を向いたり、首の後ろを  
たたいてはいけません。



みなさん、こんにちは！

保健室の先生になリたくて勉強をしにきた  
森愛佳です。9月22日までお世話に

なリます。短い間ですが、よろしくおねがいします。

