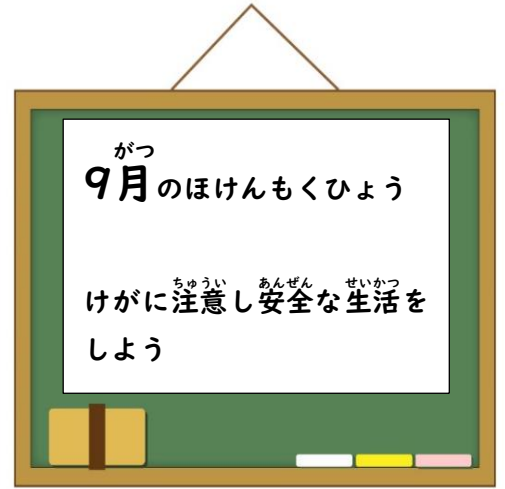


ほけんだより 9月

吉野ヶ里町立三田川小学校
保健室
令和5年9月20日発行

とても長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。生活リズムが崩れてしまっている人はいませんか？生活リズムが崩れると疲れやすくなり、授業中に眠くなってしまいます。2学期に向けてしっかり切り替えをし、けがや熱中症を予防して元気よく過ごしましょう。



みたがわしょう 三田川小 けがランキング

(令和5年度4月～8月)

<けがのしゅるい>

- 1位 だぼく (424件)
- 2位 すりきず (204件)
- 3位 きりきず (62件)
- 4位 ねんざ (48件)
- 5位 はなぢ (33件)



<けがした場所>

- 1位 教室 (402件)
- 2位 運動場 (225件)
- 3位 体育館 (86件)
- 4位 通学路 (54件)
- 5位 廊下 (50件)



室内でのけがが多いことに驚きました。特に、机やいすにぶつかってけがをしている児童がたくさんいました。教室や廊下では走らず、歩いて移動しましょう。裏面には、けがをした時の手当の方法を載せています。

お家の方へ

体調不良で、1時間休んでも良くなならない時はお迎えをお願いするようにしています。
お手数をおかけしますが、ご協力の程よろしく願いいたします。

★みんなもけがをした時に、どうしたらいいのかわ覚えておくといいですね！！

おぼえておこう
こんなときどうする？

- ビニール袋に氷を入れて冷やす
×これはダメ！ 指をひっぱる
- 洗面器に水を入れてまばたきをする
×これはダメ！ ゴシゴシこする
- 傷口の汚れを洗い流す
×これはダメ！ すぐにばんそうこうを貼る
- 安静にして冷やす
×これはダメ！ 反対にひねる
- 清潔なガーゼやハンカチをあて、おさえる
×これはダメ！ ティッシュで止血する
- 小鼻をつまんで下を向く
×これはダメ！ 上を向く

出血がおさまらない、気分が悪くなってきた、痛みが強い など、異常を感じたときは早めに病院を受診しましょう

お家の方へ

ほうえんきょうしつ おこな
防煙教室を行いました！ 講師：学校歯科医 江口 隆郎先生

9月14日（木）、本校6年生を対象に、学校歯科医の江口先生より、たばこの害について講話していただきました。たばこを吸うことで起こる脳や体への影響をはじめ、受動喫煙の悪影響などについて学ぶことができました。司会進行は児童が行い、最後の感想を発表してくれる児童もたくさんいました。感想の一部をご紹介します。



たばこを吸うとがんになりやすく、口の中や肺も悪くなることが分かりました。

たばこを吸ってみたいと思ったことはないが、未来の自分が吸いそうになったら学校で習ったこと思い出して止めたいです。