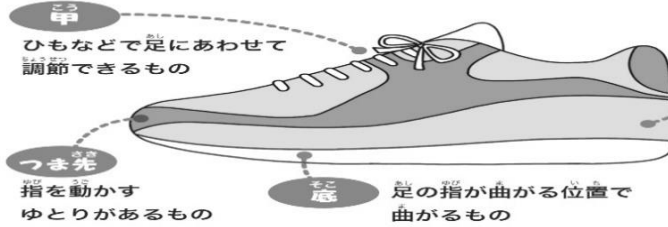


あつ ひ つつ がっき なつ ちゅう  
 まだまだ暑い日が続きますが、いよいよ2学期ですね、夏休み中にぐん  
 しんちょう の ひと とも あし おお  
 と身長が伸びた人もいるのではないのでしょうか？ それと共に足も大きく  
 うわ ちい ちようきやす あ れいねん  
 なり、くつや上ぐつが小さくなっていませんか？ 長期休み明けは、例年  
 いた うった じどう おお かてい かくにん  
 足の痛みを訴える児童が多いようです。ご家庭でくつや上ぐつの確認をよ  
 ねが  
 ろしくお願いします。

**健康診断の結果で、再検査  
 や治療が必要だった人、受診  
 結果のプリントを学校に提出  
 してください。※9月発育測定  
 があります。体操服忘れないで下  
 さい。**

## くつをえらぶときのポイント



これだけはできるようにしよう

## 応急手当 はじめの一步

### 洗う

こんなときにするよ

#### すり傷

水道の水で汚れを洗い落とします



#### 目にゴミが入ったとき

洗面器の水に顔を付けてまばたきをします



### 冷やす

こんなときにするよ

#### だぼく

氷のうをあてて冷やします。感覚がなくなってきたら一旦休み



#### やけど

水道の水で痛くなくなるまで冷やします



### 押さえる

こんなときにするよ

#### 切り傷

清潔なガーゼなどを傷口にあててぎゅっと押さえます



#### 鼻血

小鼻をつまんで少しづつ止めます



**熱中症に注意！**  
 めまい・こむらえり・頭痛・吐き気・体が熱いなどの症状があるときは、すぐに先生に伝え、休養する。帽子・お茶・タオルを持参し、早寝早起き・朝ごはんを予防



## みんなが持っている 体のパワー



転んですりむいてしまった人、傷口は今どうなっていますか？

ケガは細胞が傷ついた状態。この細胞には自分で自分を治す力があります。でもそれをジャマするものがあります。傷口から入ってくるバイキンです。でも大丈夫！ 血液中にいる「白血球」がバイキンと戦い、「血小板」が傷口をふさいで、傷ついた細胞の回復をサポートします。

みなさんの体にはこんなにすごい力があるので、ちょっとしたケガなら、何日か経つと治ってしまいます。ケガをしたときは傷口の汚れやバイキンをきれいに洗い流して、細胞たちを助けてあげてね。



