

がっき

2学期 スタート!

なつやす 夏休みも終わり、お 2学期が始まりました。
 せいかつ 生活リズムを早く整えて、学校モードに
 きりかえ 切りかえましょう！
 がつ 9月とはいえ、まだまだ暑い日が続いま
 す。しっかりと水分を取って、熱中症対策
 をしましょう。

きゅうきゅう

9月9日は救急の日

「せんせい、たいへん！〇〇ちゃんがけがしましたー」よくある保健室の一場面です。
 でも、どこを、どんなふうにけがをしているのか、よくわかりません。
 けがをしたときは、こんなふうにおしえてくれると、とてもわかりやすいです！

「うっかりミスやけがを防ぐためにも」

しっかり
すいみん
睡眠

きちんと
ちようしょく
朝食

「→集中力や注意力がアップします！」

けがをしたとき おしえてくださいね

いつ
やす じかん
休み時間に...

どこが
ひざを...

どこで
こうてい
校庭で...

どう
なったの
ころんで
すりむいちやつた...

なにを
して
とも
友だちと
おいかけっこ
をして...

けがをしたとき、まずは自分でここまでやってみよう!

Check!

<p>● すりきず</p> <p>きず口の汚れを すいどう 水道の水で洗い ながす</p>	<p>● きりきず</p> <p>ち 血が出ているところ をキレイなハンカチ でおさえる</p>	<p>● 鼻血</p> <p>うつむいて小鼻を ギュッとつまむ</p>	<p>● やけど</p> <p>すぐに水道の水 でよく冷やす</p>
---	--	---	--