

ほけんだより

令和6年9月9日・美杉小保健室No.7

2学期が始まり、学校がある生活が戻りつつあります。子どもたちが、夏休みの楽しかった思い出を聞かせてくれることがうれしいです。

朝晩は少し涼しくなりましたが、昼間はまだまだ残暑が厳しく、暑さ指数が高いため、外で遊べない日もあります。引き続き、水筒の準備をよろしくお祈りします。

《 9月のほけんぎょうじ 》

- ・26日(木) 修学旅行前健康診断 13:10～ 6年生のみ
- *6年生には、事前に「修学旅行のための健康調査」を配付させていただきます。

子どもの急な病気で心配になったら

- ・みえ子ども医療ダイヤル(子どもの急な病気や事故・薬に関する相談)
☎ #8000または232-9955(毎日19:30～翌朝8:00)
- ・三重県救急医療情報センター(受診可能な医療機関を知りたいとき)
☎ 229-1199(24時間年中無休)
- ・津市救急・健康相談ダイヤル24(応急手当の方法や健康相談をしたい時)
☎ 0120-840-299(24時間年中無休)

美杉小学校のAEDは、職員室の外の壁に設置されています

- ・運動場にいるときや地域の方もすぐに使えるように、津市の公立小中学校では、AEDが校舎外に設置されています。美杉小学校は、職員室の外の壁に設置されていますので、お知りおきください。



9月9日は救急の日です



救急医療や業務に対する正しい理解を深めるために定められました。

～自分でできる応急手当～

すり傷・切り傷

すぐに傷口やその周辺を水で洗い流しましょう。血が出続けているら、ハンカチやガーゼの上から傷口を押えましょう。



打撲・ねんざ

打ったところを、氷や保冷剤でよく冷やし、安静にしましょう。頭を打った時は、先生やお家の人に言いましょう。



やけど

すぐに流水や氷で、20分ほど冷やすようにしましょう。服を着た部分をやけどした時は、服の上から水をかけて冷やしましょう。



鼻血

下を向いて、小鼻(鼻のふくらんでいるところ)をつまみましょう。血が止まりにくい時は、鼻を保冷剤で冷やすと止まりやすくなります。



歯のけが

血が出ている時は、ガーゼやハンカチで押さえて血を止めましょう。歯がぬけた場合は、歯の根元は持たず、牛乳につけて歯科医院に行きましょう。

