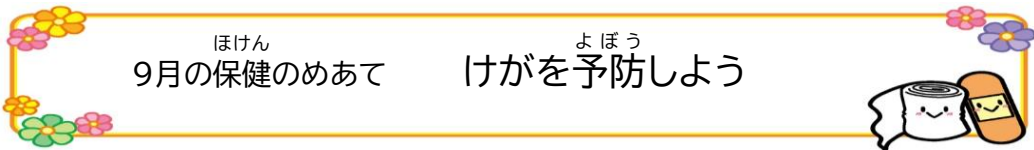




令和 5年 8月 31日  
 横浜市立荏子田小学校  
 校長 堀口 直明  
 保健室

なが なつやす お げんき こどもたち こえ がっこう ひび ことし なつやす あつ  
 長い夏休みも終わり、元気な子どもたちの声が学校に響いています。今年の夏休みは、とても暑く、  
 ねっちゅうしょう しんばい みなさま す  
 熱中症が心配されましたが、皆様は、いかがお過ごしでしたか。

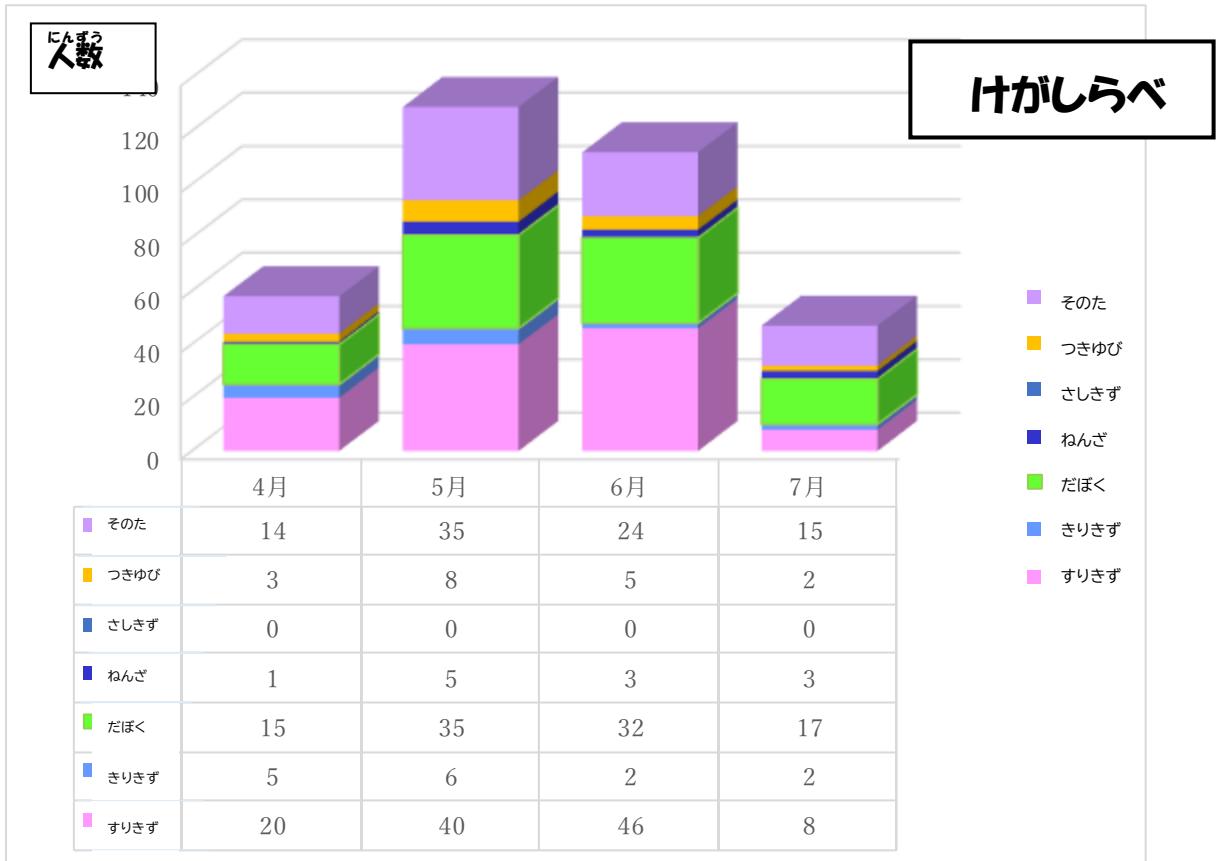
きしょうちょう こんご きおんよほう しすう たか ひ つづ ねっちゅうしょう きけんせい たか  
 気象庁による今後の気温予報でも、WBGT指数の高い日が続き、熱中症の危険性が高くなるといわ  
 れています。8月31日から給食も始まり、通常の授業が始まりましたが、まだまだ暑い日が続き、熱中症  
 たいさく じんがた かんせんしょうぼう ひつよう がっこう き つ じどう  
 対策だけでなく、新型コロナウイルス感染症予防も必要です。学校でも気を付けてまいります。児童それ  
 ぞれが自分にできることを取り入れて、元気に過ごせるようにしましょう。



がつ このか きゅうきゅう ひ  
**9月 9日は、救急の日**

今年度 4月からのけがをして保健室へ来室した人数をまとめました。(傷を洗って、教室の絆創膏を貼る、そのま  
 げこう にんずう たく ま下校した人数は含めていません)その他は、鼻血、とげ、火傷等です。

ぐらぶからすりきず、だぼくが多いことがわかります。打撲は、児童それぞれが、気を付けることで、減らすことがで  
 きます。今月の保健目標は、「けがを予防しよう」です。なぜ、どうしてけがをしたか 考え、予防できるといいです  
 ね。



# じぶん 自分でできる応急手当

おうきゅうてあて

だぼく  
打撲・ねんざ



ひ あんせい  
冷やして安静にする

できるようになろう  
おうきゅうてあて  
応急手当



きず  
すり傷



きずぐち すな どろ みず あら  
傷口の砂や泥を水で洗う

き ぎず  
切り傷



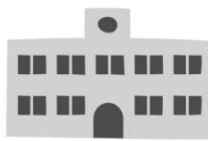
きずぐち みず あら  
傷口を水で洗い、  
せいけつ お  
清潔なガーゼなどで押さえる

やけど



いた りゅうすい ひ  
痛みがなくなるまで、流水で冷やす

せい かつ  
生活リズムを  
がっ こう  
学校モードに  
もど  
戻そう!



あさ  
朝ごはんを  
ゆっくり食べる



あさ  
朝は余裕を持って、  
おな じ かん お  
同じ時間に起きる



ね まえ  
寝る前にスマホを見るのをやめ、  
はや  
早めに寝る

## おうちの方へ

暑いが続いています。一日も早く学校生活に慣れ、楽しく過ごすために、睡眠のしっかりとり、朝ごはんをしっかり食べてから登校しましょう。お風呂上りにストレッチをすることで、けがの予防になります。声かけをお願いします

忘れずに持たせてください

水筒

汗ふき  
タオル

爪のけがをしたり、けがをさせてしまったりという来室が時々あります。爪を切ってから登校しましょう。

