

2学期が始まり1週間が経ちました。暑さや生活リズムの変化で、先週はなかなか調子がのらなかつた人もいました。

2学期には、運動会や合唱コンクール、文化祭、新人戦・・・と多くの行事があります。元気に、前向きに、取り組んでくださいね。



9月9日は救急の日

「9(きゅう)9(きゅう)」の語呂合わせから、9月9日が救急の日となりました。

この日を機会に、負傷した時にそなえ応急処置を確認したり、救急医療について考えたりしてみましょう。

★★応急手当を確認しよう★★



すり傷:水道水でよく洗う



切傷:清潔なガーゼを
あてて押さえる



やけど:水道水でよく冷やす



目のゴミ:洗面器などにためた水に
顔をつけてまばたきをする

••• RICE処置を正しく行おう

ケガの痛みや腫れを抑え、
回復も早くできるのが

Rest (安静)

Ic ing (冷却)

Compression (圧迫)

Elevation (挙上)



のRICEという応急処置です。

この処置には注意点もあります。

—冷却は凍傷につながることも—

氷を直接当てたり、冷やしすぎたりすると皮ふの組織が凍って、血流も悪くなり、凍傷を引き起こします。

—圧迫で壊死することも—

強すぎる圧迫や長時間の圧迫は神経麻痺や循環障害を起こし、壊死することも。冷却・圧迫していて、患部が青くなったり、しびれたりしたら休憩するなど断続的に行いましょう。

ケガをしたとき、その場の対処で未来が変わることも。
正しい知識と対応で、自分や仲間の体を守りましょう。



RICE.RICE.RICE.RICE.RICE.RICE.





こたえ；左上の男の子の布団の模様 / 左男の子の口 / 時計の後ろの星の数
右の男の子の後ろ髪 / 右の男の子のパジャマのポケット
二段ベッドの柱のかざり / 二段ベッドの下の段のイラスト