



# 月号 ほけんだより



## \* 応急手当正しいのは①②どちらでしょう？

9月とは言っても完全に『秋』へ移り変わっているわけではなく、日中は暑く、朝夜は涼しいという寒暖差がある時期です。気温の変化に対応できるように、薄い上着などがあると便利です。寒暖差に負けずに元気に過ごしましょう。

## \* 子どもの事故を防ぐヒントは「ヒヤッと」にあり！

子どもがケガをしそうで「ヒヤッとした」ときこそ、次の事故を防ぐチャンスです。「無事よかった」とすませるのではなく、なぜヒヤッとしたのかを見直してみましょう。

### ①「ダメ！」「危ない！」は【そこが危険】のサインです。

子どもをしかって制止するよりも、物の置き場所をかえるなど、子どもが安全に過ごせるよう環境を整えましょう。



### ②一度あれば二度、二度あることは三度あります。

危ないと思ったら、必ず理由や経緯を考えましょう。原因がわかれば対策がとれます。対策をしないと、大きな事故につながる危険がそのままになります。

### ③大人も一緒にやってみましょう。

子どもが過ごす場所が安全かどうか、子どもの目の高さでチェックしてみましょう。遊具や玩具は、一緒に遊んで正しい使い方を示しましょう。

### 1)すり傷・切り傷

- ①水道水で傷の周囲をよく洗う。  
出血していたら清潔なハンカチなどで傷口を押さえて止血する。
- ②すぐに絆創膏を貼る。出血していたらティッシュペーパーで押さえる。

### 2)鼻血

- ①鼻にティッシュペーパーをつめ、上を向く。首の後ろをたたく。
- ②座って軽く下を向く。小鼻をつまみ奥に向かって強めに圧迫する。

### 3)やけど

- ①すぐに流水で冷やす。傷みが軽くなるまでが目安。
- ②すぐに薬を塗る。



### 4)手足のねんざ・打撲

- ①動くかどうかすぐに確かめる。マッサージをする。
- ②安静にして、適度に圧迫するように弾性包帯などで巻く。  
患部を心臓より高く上げて、氷やアイスパックで冷やす。

### 5)つき指

- ①すぐに引っ張って、筋を伸ばす。
- ②ケガをした指を、隣の指と一緒にテープで巻いて固定。  
その上から氷やアイスパックで冷やす。

※ 1) ① 2) ② 3) ① 4) ② 5) ②

## \* 8月の感染症報告

\* 新型コロナウイルス 2件 \* ヒトメタニューモウイルス 2件 \* 手足口病 2件