

げんきっ子9がつ



令和5年9月8日

みたなしょうがっこう
三高小学校



はなぢてあて 鼻血の手当

はな
鼻をつまんで下を向くだけ。
とてもかんたんなのでぜひや
ってみてください。



冷やして安静にする



傷口の砂や泥を水で洗う

できるようになろう 応急手当



傷口を水で洗い、清潔なガーゼなどで押さえる



痛みがなくなるまで、流水で冷やす

救急車の呼び方

119番通報をすると、救急隊の人からこんなことを聞かれます。できるだけ落ち着いて、はっきり答えましょう。

救: 火事ですか? 救急ですか?

子: 救急です

救: どうしましたか?

子: (誰が・いつから・どうしたか・どんな状態か)

救: 場所はどこですか?

子: ○○市○○番地です。近くに○○があります

救: 名前と連絡先を教えてください

子: ○○です。電話番号は○○○○○○です

タイムスリップ探偵 早く治った謎を解け!

一緒にいてケガをした2人組。1人はケガが早く治ったらしい。早く治ったのはどっち? それはなぜ?

ケース1+

運動場で転んでケガをした

Aさん: 傷口を水で洗った。

Bくん: そのままにした。

早く治ったのはAさんだ!

砂や泥がついたままと、傷口からばい菌が入ってしまうからね。水で洗って清潔にしよう。

ケース2+

熱いフライパンを触ってやけどした

Cさん: 水道水で5分以上冷やした。

Dくん: 氷で5分以上冷やした。

早く治ったのはCさんだ!

氷だと冷えすぎて皮膚を傷つけるかも。水で冷やして、やけどの進行を遅らせたり、痛みを和らげたりしよう。

ケース3+

校庭でサッカーをしていてぶつかった

Eさん: 動けそうだったから傷口を洗って、そのまま帰った。

Fくん: 無理に動かさず、保健室で固定して冷やした。

早く治ったのはFくんだ!

無理に動かすとケガが悪化するよ。打撲やねんざをしたときは、「安静、冷やす、圧迫、拳上」(RICE)を覚えておこう。

ケガをしやすいのはこんなとき!

あわ慌れているとき

周囲の状況を落ち着いて見られるように、余裕も持って行動しよう。

ゆだん油断しているとき

「危ないかもしれない」と考えて、いつも以上に安全確認をしよう。

つか疲れているとき

前日の疲れが残っていると注意力が落ちてしまうよ。睡眠はしっかりと。

目をゴツゴツするのダメ

痛い! 目に何か入った! ゴシゴシ... ストッ! 目をこすると、こんな危険が

- 目の表面が傷つく
- 目の奥も傷つく
- 手についた細菌などで感染し、充血したり、まぶたが腫れる

手で触らず、水をためた洗面器などに顔を付け、パチパチとまばたきをしてください。それでも取れないときや、痛みが強いつきは病院へ。