

ほけんだより9月

令和5年度
高岡市立川原小学校 保健室

夏休みは、元気に楽しく過ごせましたか？休みの間に、生活習慣（食事・運動・睡眠など）が不規則になったりしていませんか？長期の休み明けは特に、心身のコンディションが整いにくくなります。「家庭での生活」から「学校生活」へ上手に切り替えて、規則正しい生活を送りましょう。

【9月の保健目標 “けがのないように元気に過ごそう”】

☑ 応急手当、正しいのはどっち？

鼻血




上を向く
 下を向く

やけど



すぐに冷やす
 水ぶくれはつぶす

すりきず



よく洗う
 すぐに絆創膏をはる

つきゆび



動かさずよく冷やす
 ひっぱってのばす

打撲・捻挫



動かさずよく冷やす
 動かさず確認し、もむ

救急車



119番に電話
 110番に電話

【1学期 保健室来室状況の報告】

1学期の保健室来室者の総数は、435名でした。内訳は内科的処置（頭痛、腹痛、倦怠感、悪心、喉痛、咳、嘔吐、発熱など）が150名、外科的処置（擦過傷、切り傷、打撲、鼻血、虫刺され、棘が刺さるなど）が223名、その他（着替え、マスク忘れなど）が62名でした。

<月別/1日平均来室者数>

	来室者数	1日平均数
4月	64	4
5月	150	7.9
6月	163	7.4
7月	58	3.9
合計	435	6

☆ 左記のクイズの答え ☆

- 下を向く
- すぐに冷やす
- よく洗う
- 動かさずよく冷やす
- 動かさずよく冷やす
- 119番に電話

<学年別来室者数>

