



〈9月の保健目標〉
けがを予防しよう

令和7年9月
佐敷小学校
保健室 岩田

長い夏休みが明けました。夏休みは体や心をゆっくり休ませることはできましたか？ 2学期に入り、体が大きくなったみなさんを見て、成長を感じました。2学期は大きな行事がたくさんあります。パワーアップしたみなさんの活躍を楽しみにしています！



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



ケガをした後の行動を見てみよう。》

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だと、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



ケガをした後の行動を見てみよう。》

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



ケガをした後の行動を見てみよう。》

Eさん



うご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、おさえる、上げる」(RICE)を覚えておこう。

2学期の健康教室（発育測定+保健指導）を行いました！

1年生はけがの手当てについて、2～6年生はうんちについて学習しました。1年生は自分でできるけがの手当ての方法を知り、とっても嬉しそうでした。2～6年生は、うんちは体のじょうたいをあらわすバロメーターだと知り、びっくりしていました。

