



2学期が始まり、約2週間が過ぎました。夏休みから学校生活への切り替えは上手くできていますか？最近気温差が激しく、天気が不安定なことも多くなっています。天気予報を確認し、服装や持ち物を考えて登校するようにしましょう。

また、今月は稲穂祭、来月は合唱発表会と2学期は行事がたくさんあります。ケガの予防や感染症対策に努めながら、自分の力を最大限発揮して、充実した2学期にしましょう☆

「稲穂祭」準備にあたって

⚠ ケガを防ぐために

①安全な場所で作業しよう

・自分の作業に合わせた広さの場所を見つけ、周りに危険な物がないか、人にぶつかったりしないかを確認しましょう。

・塗料を使うときには具合が悪くならないように窓を開けて作業しましょう。



・カッターなどの刃物を使うときには、切る対象の物が安定した状態かどうか、手を置く位置は安全かを確認しましょう。

②周りをよくみて行動しよう

・スプレータイプの塗料を使うときは特に周りの人に気を付けましょう。

(※目に入ると危険です。)

・ダンスなどの練習をするときには床がぬれていないか、危ないものが落ちていないか確認してから動きましょう。



＊準備や練習に夢中になり過ぎて周りが見えなくなってしまうことのないように！

🦠 感染を予防するために

①こまめに手洗いをしよう

・作業を始めるときと終わるときには必ずせっけんを使って手を洗いましょう。

・それ以外の場面でも必要だと感じた場合にはこまめに手を洗いましょう。



②必要以上に大きな声は出さない

・声のボリュームを場面に合わせて調節でき

るようになります。

・マスクは鼻までしっかり覆い正しく着用しましょう。



③密にならないように工夫しよう

・準備に熱が入るとついついみんなが密集して作業したくなってしまうかもしれませんが、場所を広く使って密にならないようにしましょう。



9月9日 救急の日



☆知っていますか？応急処置の基本「RICE 処置」

打撲やねんざなどのケガをしたときの応急処置の仕方は「RICE（ライス）処置」と呼ばれています。この処置を正しく行うことでケガの重症化を防ぐことができると言われています。ぜひ覚えておきましょう！！

R Rest
安静

ケガをしたらイスや床に座って安静にし、ケガの悪化を防ぐことが最も大切です。動かすと痛くても頑張って保健室まで来られますが、動けない場合や動くと痛い場合にはその場で安静にして、周りの人に保健室に知らせてもらうようにしましょう。

I Icing
冷却

患部を冷やすことで血管を収縮させ、出血や腫れを抑える効果があります。また痛みも和らげることができます。

C Compression
圧迫

強さの加減を本人に確かめながら、適度に圧迫することで腫れの進行を抑え、痛みを軽減する。

E Elevation
挙上

患部を心臓よりも高く挙げて、内出血を防ぐ。



ケガをして保健室に来るときに、「絆創膏をください！」や「湿布をください！」とだけ言う人がいますが、絆創膏や湿布が必要なのか、他の方法が良いのかは、ケガをした状況や状態をみてから判断します。「いつ」「どこで」「どうなった」のかしっかりと説明してくださいね。

ながらスマホは視界の95%が見えていない！



最近、こんな事故が増えています

横断歩道で、向かってくる歩行者と正面からぶつかった

エスカレーターの降り口で転倒した

普通なら起こらないはずのこれらの事故には、“あるもの”を見ていたという共通点があります。そう、「スマホ」です。

スマホを見ながら歩く“ながらスマホ”では、視界が20分の1にまで狭まるそうです。これは、視界の95%が見えていないということです。

“ながらスマホ”では「危なかった！」では済まされない、命に関わる事故も多発しています。ちょっと見るだけ——が、事故やケガにつながる危険があることを忘れないで。



被害者にも加害者にもならないように！！