

2022. 09. 01

2学期が始まり1週間が経ちました。ちょっと外にいるだけで汗が滴っていた 猛暑から、朝は少し涼しく、過ごしやすくなってきているように感じます。しか し、昼間は暑い日もあるので、熱中症予防のために、こまめな水分補給や、気温 が高い時は、過度な運動は控えるようにしましょう。また、気温の変化から、体 調不良になる場合もあります。服装調節をして体調管理をしましょう。



## ≪性教育講演会について≫

日時 令和4年9月12日(月) 5校時

体育館(1年生) オンラインでの参加のため各教室(2年生) 会場

産業医科大学 近藤 恵美先生 講師

産業医科大学 倉恒 克典先生

『思春期のからだのしくみ』 演題

この講演会では、男女のからだの仕組み、出産について、命・からだの大切さについて 講演していただきます。命やからだの大切にしようとする意識をもたせること、男女のか らだの特性について正しい知識を知ることを目的としています。

## 保護者の方へ

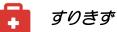
受講にあたり、児童生徒に配慮が必要であるなどの場合は学校に連絡ください。

# 9月9日は救急の日です。



けがは、予測不可能です。速やかに適切な手当てを行うことで、悪化 を防ぐこともできます。そして、下に示したように、〖RICE 処置〗な どを覚えておくとよいでしょう。

# だぼく・ねんざ・骨折疑い



傷□を水道水で洗い流します。砂や 泥が残っていると化膿しやすいので、 洗いながら取りのぞきます(強くこす らないように)。出血していたら、清 潔なハンカチやガーゼで止血します。



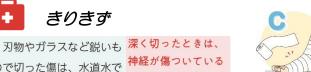
### Rest (安静)

安静にします。無理に動かしたり、もんだり、ひっぱったりするこ とはやめましょう。



### Ice (冷却)

氷水をいれた袋で患部を冷やします。長時間冷却したままにするこ となく、間隔を開けながら冷却しましょう。



ので切った傷は、水道水で <mark>神経が傷ついている</mark> 洗った後、清潔なハンカチ ガラスで切ったとき やガーゼで止血します。 は、かけらが残って いることもあります 受診しましょう。



### Compression (圧迫)

テープや弾性包帯で圧迫するように巻きます。圧迫しすぎると、血 流は悪くなってしまうので注意しましょう。



### Elevation(挙上)

患部を心臓より高くあげます。これは止血する場合も有効です。