

ほけんだより



令和6年5月1日
前芝小 保健室
No.2

.....★★★★★★★★★★

5月になりました。過ごしやすい季節になり、放課には元気いっぱい外で遊ぶ子がたくさんみられます。

そんな中、けがによる保健室への来室が増加しています。けがをしないように遊具周辺・アスファルトの上を走らない、校舎内は歩いて移動する（絶対に走らない）ことを心がけましょう。体育では準備運動をしっかりと行い、けがを予防しましょう。

.....★★★★★★★★★★

＋ けがをしたら、自分でできる手当てをしよう ＋

すり傷

傷口を水道水で洗い流します。砂やどろが残っている傷口が炎症を起こしやすいので、洗いながら取りのぞきます。血が出ていたら、きれいなハンカチやガーゼで押さえて止血します。



目に異物が入った

虫やホコリ

砂やゴミ

まばたきをくり返すと、たいていは涙と一緒に流れ出ていきます。取れないときは、水を入れた洗面器に顔をつけてまばたきしてみましよう。取れないからといって目をこすると、傷がついてしまうのでやめましよう。



鼻血の止め方

- ①いすなどに座って安静にします。
- ②顔は少し下を向きます。
- ③小鼻を親指と人さし指でつまみ、強くおさえます。（10分くらい）

これはまちがいです！



- ×血がたれないように上を向く…血がのどに流れ、飲み込むと気分が悪くなります。
- ×ティッシュペーパーをつめる…ティッシュが鼻のねん膜にこびりつき、はがすときに再び鼻血が出ます。

がっ けんこうしんだん よてい
5月の健康診断の予定



けんさ 検査	ひ 日にち	がくねん 学年	ちゅうい 注意事項
にょうけんさ 尿検査	がっ にち か 5月21日(火)	ぜんがくねん 全学年	にち か あさ 21日(火)の朝のおしっこをとります。 ようき けんさぜんじつ がっ にち げつ くぼ 容器は検査前日の5月20日(月)に配ります。
しかけんしん 歯科健診	がっ にち もく 5月23日(木)	4~6年	・とうじつ あさ かなら 当日の朝は、必ずていねいに歯をみがいて きましょう。
ちょうりょくけんさ 聴力検査	がっ にち か 5月28日(火) がっ にち すい 5月29日(水)	1・2・3・5年 スタディ(1・2・3・5年)	

けんこうしんだんけっか し
健康診断結果のお知らせについて

けんこうしんだん けっか し
 健康診断の結果のお知らせは、しかけんしん ぜんいんはいふ
 歯科健診は全員配付します。それ以外の健診は、しっぺい
 いじょう うたが じどう さいふ
 異常の疑いがあった児童のみお知らせを配付します。
 よろしくおねが
 お願いいたします。

しないいっせい
市内一斉メディアチャレンジアンケート
 きょうりょく
のご協力ありがとうございます。

がっ げしゅん おこな しないいっせい きょうりょく
 4月の下旬に行いました「市内一斉メディアチャレンジアンケート」にご協力あ
 りがとうございました。

ほんこう まえしばちゅうがっこう ごとう ねん2 かいおこな
 本校のメディアチャレンジは前芝中学校と合同で年2回行います。

かいめ げつ きん
 1回目： 6月10日(月) から14日(金)

かいめ げつ きん
 2回目： 11月25日(月) から29日(金)

くわ ないよう らいげつ し
 詳しい内容は来月のほけんだよりでお知らせします。

