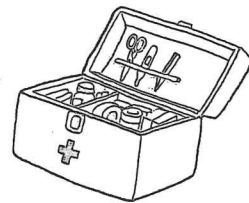


# ほけんだより 9月



9月9日は  
救急の日



NO.5 井泉小学校 (ほけん)

## 知ってる? 二十四節気

二十四節気は季節の区分です。一年を24等分して、季節の移ろいを表現したものです。「立春」や「夏至」などは聞いたことがある人もいるでしょう。9月には「白露」があります。(今年は9月7日) 「白露」とは「露が降り、白く輝くように見える頃」という意味です。夜の気温がぐっと下がって空気中の水蒸気が冷やされ、朝、水滴になって葉や草花につくようになる様子を表しています。

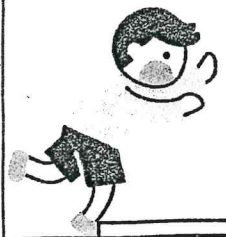
一日の気温差が大きくなる時期。体調には気をつけましょう。

## ☑ 応急手当、正しいのはどっち?

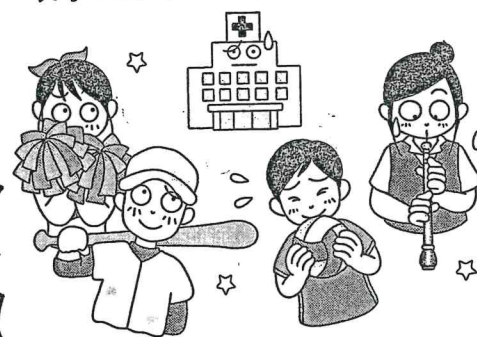
<p><b>鼻血</b></p> <p>☐ 上を向く ☐ 下を向く</p>	<p><b>やけど</b></p> <p>☐ すぐに冷やす ☐ 水ぶくればつぶす</p>	<p><b>すりきず</b></p> <p>☐ よく洗う ☐ すぐに絆創膏をはる</p>
<p><b>つきゆび</b></p> <p>☐ 動かさずよく冷やす ☐ ひっぱってのぼす</p>	<p><b>打撲・捻挫</b></p> <p>☐ 動かさずよく冷やす ☐ 動かさず確認し、もむ</p>	<p><b>救急車</b></p> <p>☐ 119番に電話 ☐ 110番に電話</p>

## 「不注意」に注意!

「ろう下を歩いていた時に前を見ていなかったカベにぶつかった。」  
「段差に気づかず足がひかかった。」  
保健室に来た人たちにしがをい理由をたずねると、少しの不注意が原因になっていることわりなくありません。  
防げなげがはしないようにしていきましょう。



## 病院、行けた?



治療や受診  
終わった人は  
用紙と保健室へ

井泉小学校では、現在、給食後の歯みがきは歯みがき粉なしで行っていますが、2学期から、歯みがき粉の使用を可としたいと考えています。歯みがき粉には、歯垢を取り除いたり、むし歯を作りにくくしたり、口臭を防いだりと様々な効果があります。正しいブラッシングができていればむし歯予防の効果はありますが、さらに、歯みがき粉を使用して口腔衛生の状況を良くしていくことも期待できます。ただし、歯みがき粉を学校に持ってくることはできますが、お友達との貸し借りは絶対にしないでください。



また、みがき残しのないように鏡を見ながらの歯みがきを実践していきたいと思いますので、2学期からの給食後の歯みがきには、ハブラシ・コップ・手鏡・(歯みがき粉)のセットをご用意ください。