

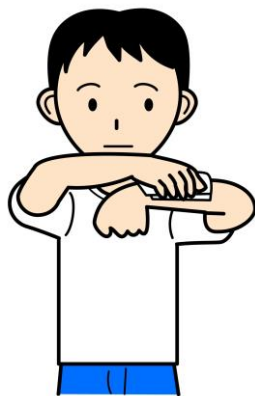
# けがの予防をしよう

どのくらいの頻度で  
学校でけがをしますか？

- ①週に1回以上
- ②月に1回くらい
- ③年に数回



# 自分でできる けがの手当て



保健室に来る前に、  
自分でできること



すりきず



# 水道水で洗う

★汚れをきれいに  
落とす！



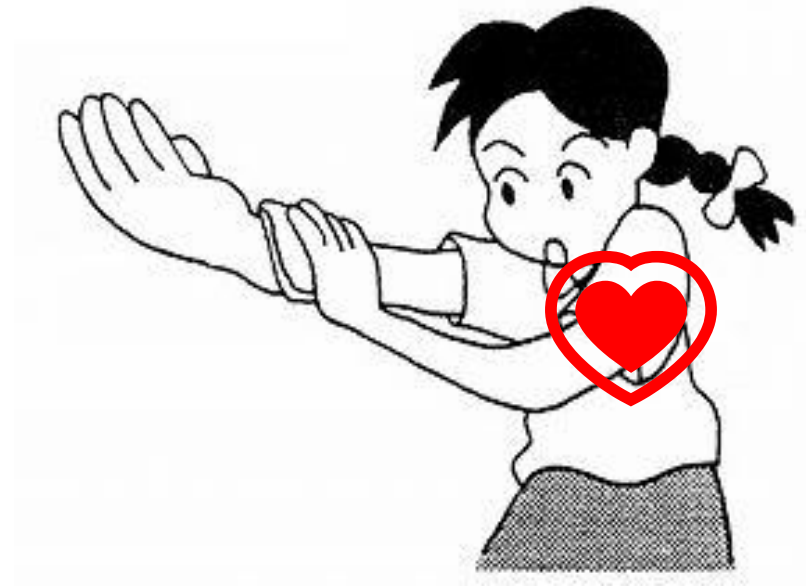
きりきず



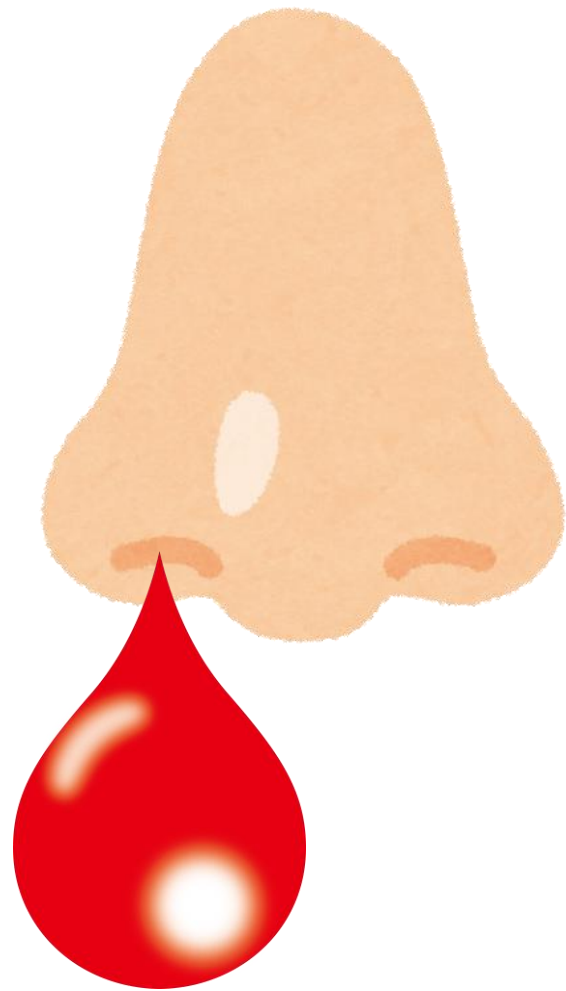
# おさえる

★**心臓**より高くする

➡血液を流れにくくするため



# 鼻血



キーゼルバッハ部位

小鼻をつまんで  
下を向く

★キーゼルバッハ  
部位を、しっかり  
つまむ





# 他にも・・・

• つきゆび → ひやす



• 目にゴミが入った → あらう



• やけど → ひやす



# それでは・・・復習です！😊

- すりきず → あらう
- きりきず → おさえる
- はなぢ → つまむ
- つきゆび → ひやす
- 目にゴミが入った → あらう
- やけど → ひやす



# ★けがの手当てで大切なもの

すりきず あらう

つきゆび ひやす

すいどう  
**水道** みず  
の水



目にゴミ あらう

やけど ひやす

# 保健室の先生からのお願い

① **いつ・どこで・どうしていたら・**

**どこが・どうなった** を伝えましょう

「昼休みに、グラウンドでサッカーをしていたら、転んでひざをすりむきました。」

② **水道水**で洗ってから保健室へ

汚れはすぐに落としましょう！