

# ほけんだより



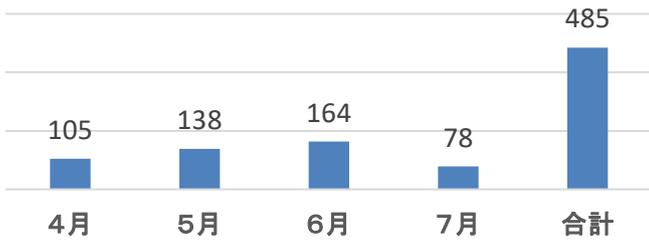
令和7年9月1日  
新潟市立山潟小学校  
保健室 No. 6

☆うちのひとと読みましょう

夏休みが明けて学校に元気な声が戻ってきました。一方で、今年の夏はとても暑かったので、夏の疲れが残っている人もいるかもしれません。9月になってもまだ暑い日が続きます。水分補給や、規則正しい生活を心がけて、熱中症にならないように気を付けて過ごしましょう。

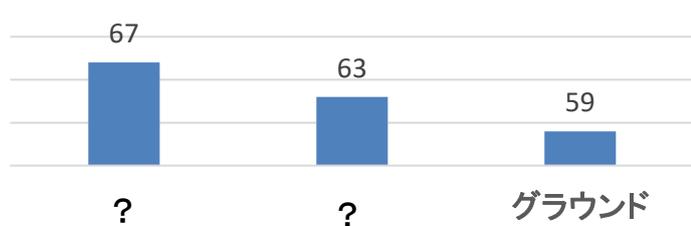
## 9月の保健目標 <けがに注意して元気よく運動をしよう>

4月から7月のけがの来室者(のべ人数)



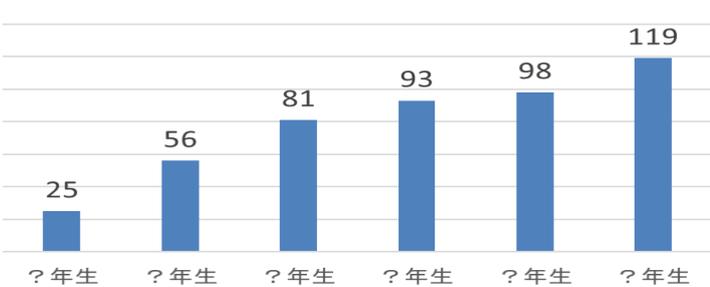
4月から夏休み前までに、けがをして手当を受けた人はのべ485人でした。1日の平均にすると、毎日6.6人の人が保健室でけがの手当てを受けました。

けがをする場所で多いのはどこ？



けがをする場所で一番多いのはどこ？  
意外な場所かもしれません！（答えは保健室の掲示コーナーを見てね！）

学年別けがの発生件数(のべ人数)



けがをした人が一番少なかったのは何年生かな？（答えは保健室の掲示コーナーを見てね！）

けがをする人がもっと少なくなると思います！けがをしないようにどんなことに気を付けたらいいの、そのために自分ができることは何なのか、考えてみましょう。

けがで一番多かったのは、だぼく(169人)、2番目がすりきず(141人)でした！

### すり傷・切り傷

すぐに傷口やその周辺を水で洗い流しましょう。血が出ている場合には、水で洗ってから清潔なガーゼやハンカチなどでおさえて、血を止めます。



### 打ぼく・ねんざ

応急手当の基本は、まずは氷などで冷やすことです。けがをした部分は無理に動かしたり、温めたりせず、安静にしましょう。



自分でできる手当はやりましょう！