

暑い夏、短い夏休み、そして期末テストも終わり、ホッと安心ですね。

まだまだ暑く、熱中症も心配ですが、この時期、日中は暑くても朝晩の気温は低くなっていきます。コロナ禍の中、風邪などひかないように体調を万全に整えましょう。



## ルールの向こうがわには



このところ、新型コロナウイルスの影響で『ルール』が増えましたね。『マスクをしましょう』『人との距離をあげましょう』『給食時間はおしゃべりをしてはいけません』など。窮屈だな、しんどいなと思う人も多いと思います。では、このようなルールはどうしてあるのでしょうか？

もし、みんなが自分のことだけを考えて、自由（暑いからマスクはしない、楽しいから友だちと近くで大騒ぎをするなど）にしたら…。きっと色々なトラブルが起こってしまうと思います。最悪、感染が広がってしまうかもしれません。感染を防ぐためのこのようなルールは自分だけでなく家族や友だちなどお互いを守るために必要だということを忘れないでください。

## 9月9日は救急の日 いくつ分かるかな？9のチェック！

ケガをしたときは	1 わっ 鼻血が出た！	2 いたっ！ 血…血がっ	3 あっ あっ あっ
	① おおむけに寝る ② 首の後ろをたたく ③ 下を向いて鼻をつまむ	① 氷で冷やす ② 傷口をハンカチなどで押さえる ③ そのままばんそうこうを貼る	① 冷却シートを貼る ② すぐに水で冷やす ③ アロエをぬる
	4 たろっ 人を見つけたら	5 AEDって 何を するの？	6 胸骨圧迫 するのは どこ？
① 軽く肩をたたいて呼びかける ② 大きく揺さぶって反応をみる ③ 知らないふりをする	① 脳を刺激して意識を戻す ② 筋肉を刺激して体を動かす ③ 心臓のけいれんを止めて動きを戻す	① 左胸 ② 真ん中 ③ 右胸	
救急車のことは	7 呼んで電話	8 呼んでから 到着するまで どれくらい？	9 全国で 約何台ある？
	① 110番 ② 117番 ③ 119番	① 8.7分 ② 16.2分 ③ 20.3分	① 500台 ② 3,200台 ③ 6,300台

〇の数

8以上 ばっちりいい感じ！友だちにも教えてあげよう

5~7 もう少し！まちがったところを見直すと、もっとパワーアップするね

4以下 もう一度チャレンジしてみよう！次はパーフェクトかも？

応急手当 3つのない

動かない  
ケガをしたところは無理に動かそうとせず、安静に

こすらない  
目に入ったゴミや、すり傷についた砂はこすらず、水で洗い流そう

あたためない  
まずは、冷やす。腫れや内出血をおさえて痛みを軽減しよう

こたえ 1 ③ 2 ② 3 ② 4 ① 5 ③ 6 ② 7 ③ 8 ① 9 ③

## 今後の健康診断の予定



検診もキープテストンズで行っています。

9月 8日(火)	13:40~	内科検診	2年生
9月10日(木)	15:00~	眼科検診	1年生
9月11日(金)	8:40~	歯科検診	3年2・3組+未実施者
9月23日(水)	13:40~	内科検診	1年1.2組
9月24日(木)	13:40~	内科検診	1年3.4組
10月1日(木)	9:30~	耳鼻科検診	1年生

歯科検診は午前中にあります。朝食後、必ず歯をみがいて登校しましょう。

1年生は一日で行う予定でしたが、二日に分けて実施します。