

ほけんだより

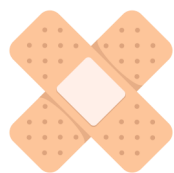


令和7年9月5日発行

岡山県立岡山東支援学校 保健室

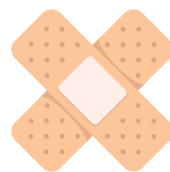
夏休みが終わり、2学期が始まりました。みなさんはどのような夏休みをすごしましたか？いろいろな体験ができたでしょうか？

さて、秋は宿泊学習や修学旅行など、子どもたちが楽しみにしている行事がいっぱいです。季節の変わり目ですので、ご家庭でもお子様の体調管理にご留意いただき、一緒に楽しい秋を過ごしましょう。



9月9日は

きゅうきゅうひ
救急の日



けがをして「冷やす」ときの注意点

ほれい ざい
保冷剤



凍傷を防ぐためタオルを巻こう！直接肌に触れないようにしよう。

ひょう

氷のう



冷凍庫から出したばかりの氷は冷たすぎるよ。
少し水を入れて使おう！



冷やす時間



応急処置では20分程度冷やしたら一回外そう！
痛みがでたら繰り返そう！