

# ほけんだより 9月

令和6年9月  
枚方市立城北小学校  
NO.5



8月8日宮崎県で震度6弱の地震が起こり、その後1週間「南海トラフ地震」へ警戒するよう全国に注意が呼びかけられました。現在は解除されていますがひきつづき、地震への備えをしっかりとしましょう。

## タイムスリップ探偵 早く治った謎を解け!

一緒にいてケガをした2人組。  
1人はケガが早く治ったらしい。  
早く治ったのはどっち? それはなぜ?

**ケース1+**

運動場で転んでケガをした

ケガをした後の行動を見てみよう。>>

**Aさん** **Bくん**

傷口を水で洗った。

そのままにした。

わかったぞ! **早く治ったのは Aさんだ!**

砂や泥がついたままだと、傷口からばい菌が入ってしまうからね。水で洗って清潔にしよう。

**ケース2+**

熱いフライパンを触ってやけどした

ケガをした後の行動を見てみよう。>>

**Cさん** **Dくん**

水道水で5分以上冷やした。

氷で5分以上冷やした。

わかったぞ! **早く治ったのは Cさんだ!**

氷だと冷えすぎて皮膚を傷つけるかも。水で冷やして、やけどの進行を遅らせたり、痛みを和らげたりしよう。

**ケース3+**

校庭でサッカーをしていてぶつかった

ケガをした後の行動を見てみよう。>>

**Eさん** **Fくん**

動けそうだったから傷口を洗って、そのまま帰った。

無理に動かさず、保健室で固定して冷やした。

わかったぞ! **早く治ったのは Fくんだ!**

無理に動かすとケガが悪化するよ。打撲やねんざをしたときは、「安静、冷やす、圧迫、拳上」(RICE)を覚えておこう。

## 9月1日は防災の日 地震対策

おうちで じ しん た い さ く

おうちのひと確認してみよう!

**寝室**

- なるべく家具を置かない
- 置くときは背が低いものにする
- 出入り口の近くには置かない

**本棚**

- 突っ張り棒やストッパーを設置して固定する
- 重い本は下の段へ
- ひもやベルト、シールで本が飛び出すのを防ぐ

**玄関**

- 地震が起きても通れるように玄関や廊下に置くものを減らす
- 非常用持ち出し袋を準備しておく

**AED**

心臓が止まってしまった人の心臓を正常な状態に戻すための機器。電源を入れると自動で使い方を教えてくれるので、誰でも安全に使えます。

**非常口**

地震や火事など非常事態の時に避難するための出口。

**公衆電話**

駅や公園など人が集まる場所にある、誰でも使える電話。小銭や専用のカード(テレホンカード)を入れると使えます。災害が起きて携帯電話がつかないときでもつながりやすいです。

もしもの時に備えて、学校や通学路の近くの設置場所を覚えておこう