

# ほけんだより 9月

さあ、2学期がはじまりました。疲れはでていませんか？  
 朝晩は、少し涼しさを感じる日も増えてきましたが、昼間はまだまだ暑い毎日ですね。  
 熱中症対策も気が抜けません。早く過ごしやすい気候になりますように・・・

山崎小学校 保健室

## 9月9日は救急の日

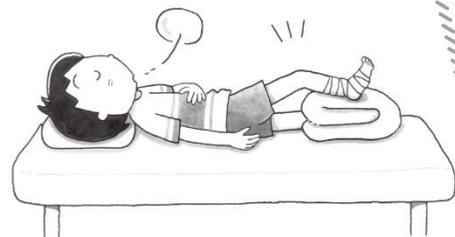
この機会に、応急手当のキホンをおぼえよう♪

応急手当の

あいうえお

### あ ンせいにする

ケガしているところを動かすと痛みがひどくなったり、治るのが遅くなったりします。楽な姿勢で静かに休みましょう。



### う え にあげる

内出血や痛みの具合を軽くするため、ケガしたところが心臓よりも高くなるようにします。クッションや丸めたタオルを使いましょう。



### い たみがなくなるまで冷やす

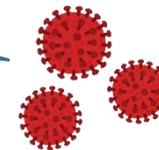
氷や保冷剤を使って冷やすと、腫れがひどくなるのを防いだり、出血を抑えたりできます。直接氷をあてないようにしましょう。



### お さえる

包帯などを巻いて、内出血や腫れがひどくなるのを防ぎます。無理におさえたり締めすぎないように注意しましょう。

## 新型コロナウイルスニュース



夏休み中、和歌山県における感染者が急激に増えました。

また、これまで、こどもは感染しにくいとされていたコロナウイルスも、今話題のデルタ株は感染力が高く、これまでとは少し違うようです。

・・・デルタ株って？！

	がんそ 元祖コロナウイルス	デルタ株
1人から何人にうつしてしまうの？	<p>1. 4~ 3. 5人</p>	<p>5~9人</p>
どうして感染しやすいの？		<p>体内のウイルス量が1200倍！</p> <p>体内でつくられるウイルスが多いことが原因と考えられているが、まだはっきりとは分かっていないそう・・・。</p>

参考「新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書デルタ株編」諏訪中央病院医師 玉井道裕さん作成  
 2学期からも、「手洗い・マスク・換気」そして「密を避け」、コロナウイルスを予防していきましょう！

### 9月の保健行事

- 9月6日(月) 身体測定 1・2年生
- 7日(火) 身体測定 5・6年生
- 8日(水) 身体測定 3・4年生

女の子は、髪の毛を頭頂部でくくらないようにしてくださいね。

