



令和3年9月9日 No. 8

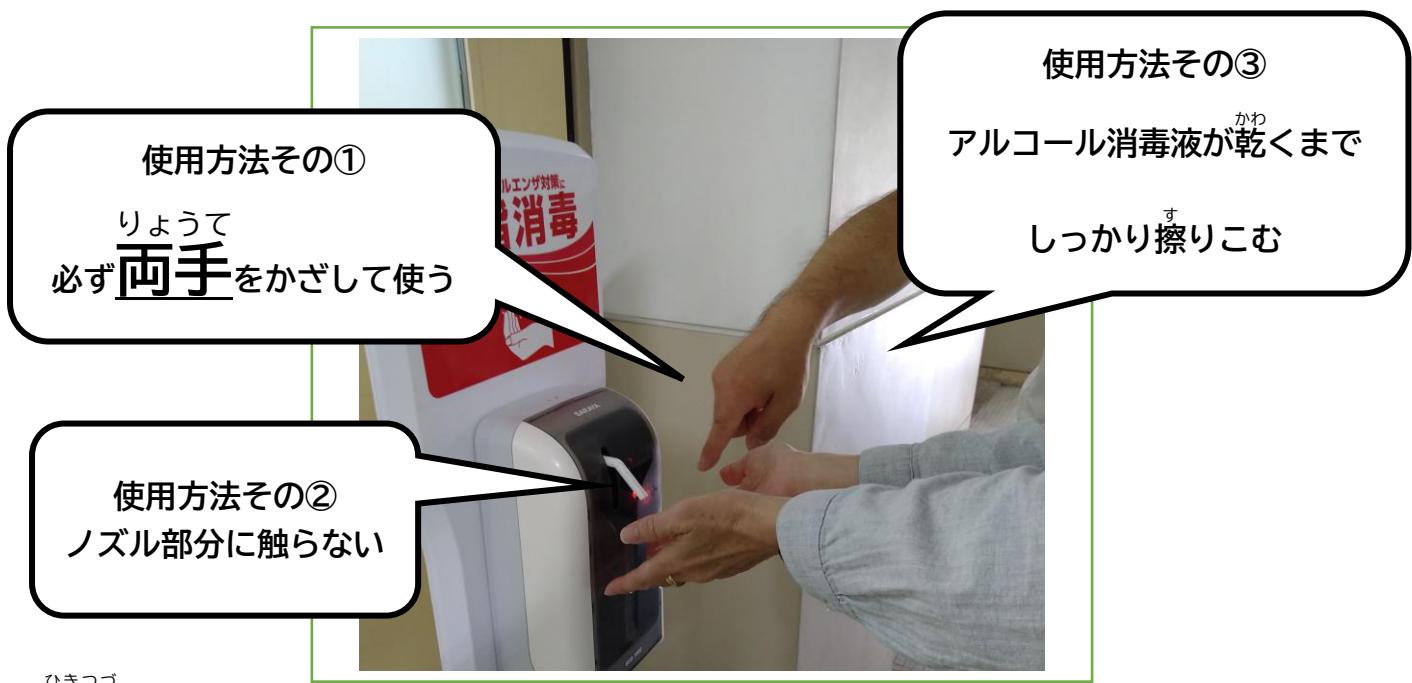
京都市立西陵中学校

保健室 岸本 美帆

けいぞく しゅうかん かんせんしょうたいさく 継続して、習慣づける…感染症対策！

●「ノータッチ式アルコールディスペンサー」を設置します

登下校時の荷物が多い時でも手指の消毒がスムーズに行えるように、手をかざすと自動でアルコール消毒液が出る「ノータッチ式アルコールディスペンサー」を設置します。特に登校時、校舎内に入る前に必ず使用してください。手荒れ等でアルコール消毒液が使えない人は今まで通り石けんで手洗いを行ってください。また、アルコール消毒液が目に入る等の事故が増えているそうです。安全に使用するために使用方法を守りましょう。



●引き続き、こまめに石けんで手を洗いましょう！

アルコール消毒だけでは感染症予防としては不十分と言われています。たとえば昼休みの後・食事の前後・トイレの後・体育や特別教室に行く前後は石けんで手洗いをしましょう。

水でさっと洗っただけで手を洗った気分になつていませんか？石けんを使ってすみずみまで洗わないと感染予防の効果がありません。手洗いの後は清潔なタオルで拭きましょう。衣服や他の人のタオルを借りて拭いてはいけません。

裏面あり

9月9日は救急の日



9月9日は救急の日です。スポーツの前の準備運動、夜更

かしをしない、交通ルールや学校のルールを守る・・・どれもケガ予防のために大切なことです。日頃からの心がけで、一人ひとりがケガを防いでくださいね。

そのケガ、もしかしたら防げたかも

保健室で手当をするケガには、ちょっとした注意で防げたものもあります。



うっかりした

【例】よそ見しながら
教室の戸を開めたら、
友だちの手がはさまった

ゆだんした

【例】このくらいなら
大丈夫と階段から飛び
降りてねんざした

あわてていた

【例】遅刻しそうなので
自転車のスピードを出し
ていたらカーブで転んだ

ふざけていた

【例】そうじ中ボール
に乗って遊んでいたら
転んで頭を打った

ルールを守らなかった

【例】走って廊下の角を曲がっ
たとたん、友だちとぶつかった

「注意一秒、ケガ一生」

なんて言葉もあります。
1秒の注意で安全に。



自分で
できる！

応急手当

3

つのポイント



① 洗う

すり傷

水道水で傷口の汚れを洗い流す

目にゴミが入った

水をためた洗面器でまばたきをして洗う



② 冷やす

やけど

痛みがなくなるまで流水で
冷やす

つきゆび・ねんざ

氷のうなどで冷却し、腫れ
や痛みを抑える



③ 押さえる

切り傷

ハンカチなどを当てて止血する

鼻血

小鼻をギュッとつまんで下を向き、血を止める

学校でもけがをした→すぐ保健室！！ではなく、傷口に砂などの汚れが付いている場合は水道

水で汚れを落としてから来室しましょう。また出血している場合は自分でハンカチやタオルで

押さえてから来室しましょう。もし校内に血液がついた場合は近くの先生に知らせましょう。