

ほけんだより



令和7年度
社会福祉法人大谷会
看護師



7月から10月は1年の中で台風などの大雨、暴風による災害が多くなる時期です。正しい知識と行動で、自分の命を守れる可能性があがります。是非、防災力を身につけましょう。これを機会に非常持ち出し袋（水と食料、生活に欠かせない調達しづらい必需品など）を確認しておきましょう！



応急手当 何のためにするの？

ほうっておいても治るのに、なんで応急手当をしなきゃいけないの？ と考えたことはありませんか。やけどをしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押さえて下を向く。こうした応急手当は、ケガや病気を治すための大事なはじめの一步です。



すぐに正しい手当をすれば、バイ菌が入ってひどくなるのを防いだり、痛みが減ったりして、早く治ることもつながります。もしやり方を間違える、何もしないなどすると、もっとひどくなってしまうことも。

だからこそ「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分の体を守るためにも、保健室で手当をしてもらったときなどに応急手当を少しずつ覚えていきましょう。



おうちの方へ

ご家庭での事故に注意

! ベランダに足場になるものを置く
よじ登ってベランダから転落

! 洗剤や薬を手の届くところに置く
食べ物と勘違いして食べる



! ライターや包丁を手が届くところに置く
おもちゃと間違え火傷する。火災につながる場合も。刃を触って手などを切る



! 歯みがきしながら歩きまわる
転んで歯ブラシがのどにささる

どれも少し意識を向けるだけで防げる事故です。お子さんの様子やものの配置場所などに注意してください。