

ほけんだより 9月

十津川高校 No. 6



9月9日は救急の日です。

救急車や警察の電話番号は知っていますか？
いざという時必ず必要になるので覚えておきましょう。

夏休みが終わり、2学期が始まりました。みなさん、夏休みは楽しく過ごせましたか？
先生たちは皆さんが元気に学校に来てくれているのを久しぶりに見られてとてもうれしく
思っています。

9月は夏の疲れが出やすい時期です。そろそろ夏休みモードから学校モードに切り替えて
心と体ともに元気に過ごしましょう。

救急車：119
警察：110



警察に電話するか
迷ったらこっちに
電話しよう

夏休み中に事故・事件に遭ったり
困ったことがある人は気兼ね
なく相談してくださいね。
保健室はみなさんの心と体の健
康の保持と増進をサポートしま
す。



2学期は、文化祭や体育祭、修学旅行など楽しいイベントがたくさん
あります。準備の際の対面、手洗いや消毒等、引き続き感染予防を
行ってください。

救急処置ミニクイズ

①転んですりむいた！



A:すぐにきれいな水で洗う。
B:すぐに消毒して絆創膏を貼る。

③倒れている人を見つけた！

A:揺さぶって意識があるか確認する。
B:大きな声で意識があるか確認する。

②足がつった！



A:患部を温める。
B:患部を冷やす。
※患部=傷のある部分



答え ①:A ②:B ③:A

豆知識 覚えておく 便利な番号

110番や119番以外にも、役立つ番号は
いろいろあります。

#8000 小児救急電話相談



休日・夜間の急な子どものケガ
や病気について、小児科医から
緊急度の判断などのアドバイ
スを受けられます

#9110 警察相談専用電話



110番するほど緊急ではない、
日常生活での困ったこと、警察
への相談に

189 児童相談所共通ダイヤル



虐待通報の番号として知られて
いますが、子育てについての相
談にも

171 災害用伝言ダイヤル



災害時に利用できる声の伝言板