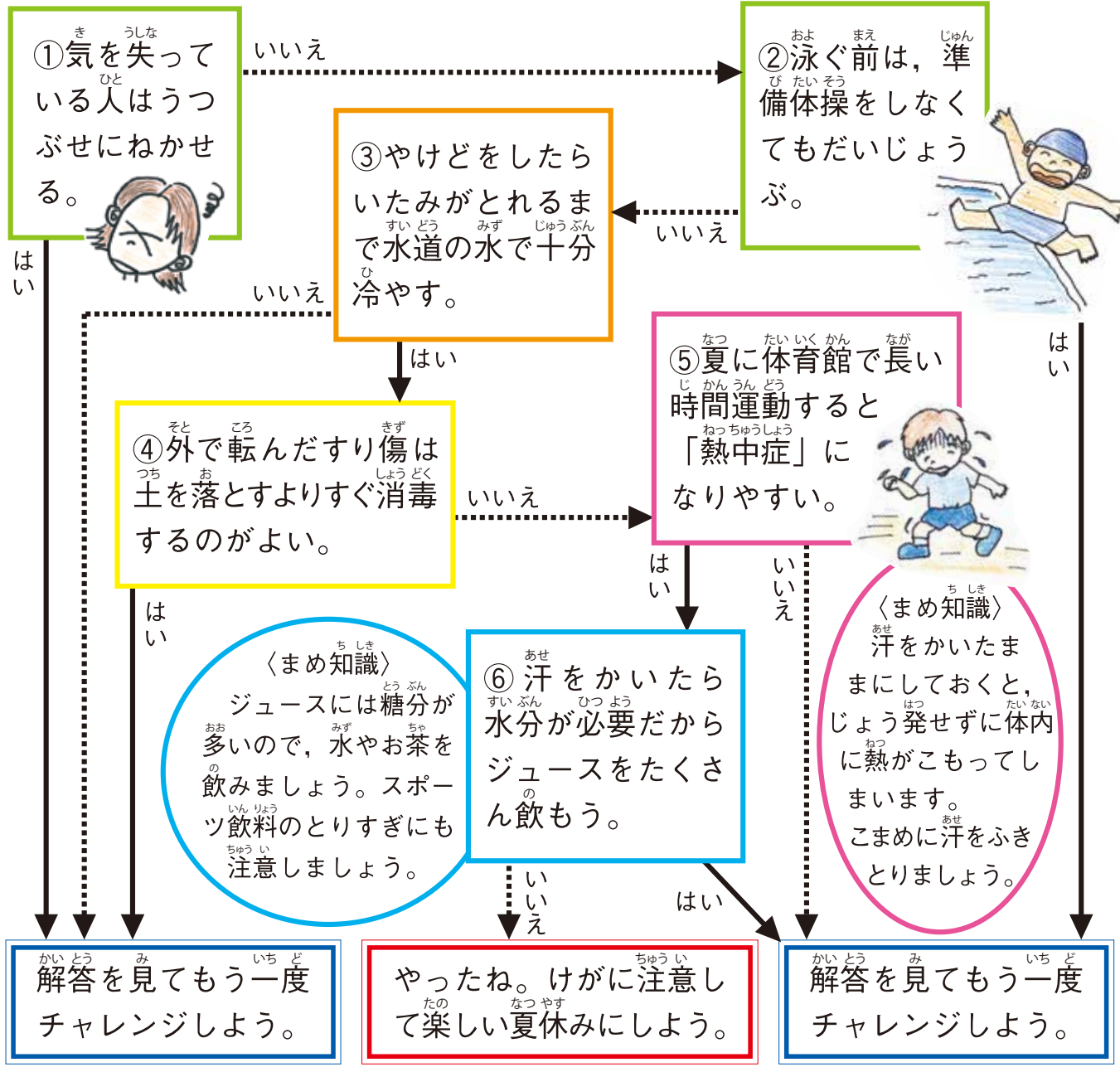


きゅうきゅう 二日 ちまめ ちしき

救急豆知識

スタート



海や山に出かけたときに役立つ豆知識

ハチにさされないために
ハチの巣にいたずらをせず、大人に教える。黒っぽい服装は危険!!
ハチを見かけたら低い姿勢で急な身動きをせず、ハチから離れる。

クラゲ（イラ）にさされたとき
真水で洗わず、海水でよく洗い、触手やトゲを洗い流す。さされたことを家の人に伝える。

- ⑨
- ⑤
- ④
- ③
- ②
- ①
- 謎王

けがの手当て

◎ けがの種類と手当てについて、正しいものを線で結びましょう。

○ すりきず

- ㉞ すぐに流水で十分冷やす。



○ 切りきず

- ㉟ きれいな水で洗い、消毒する。



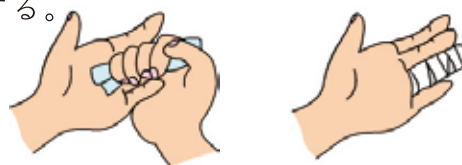
○ 鼻血

- ㊱ 鼻をつまんで静かに座る。



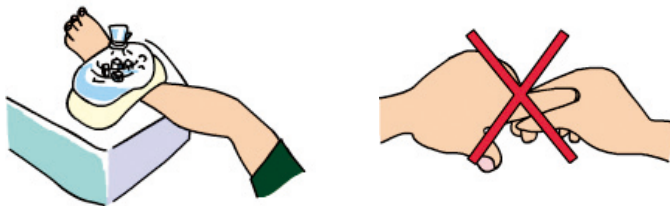
○ ねんざ、つき指

- ㊲ ガーゼなどでおさえ、出血を止め、消毒し、包帯をする。



○ やけど

- ㊳ 氷などで冷やし、引っ張ったり動かしたりしない。



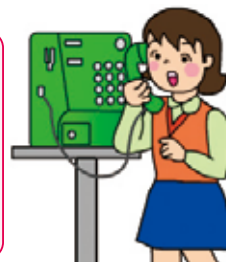
☆大きなけがは、できるだけ動かさないようにし、すぐにお医者さんにみてもらいましょう。

ひとくちメモ

つうほう (通報のしかた)

赤いボタンがついている公衆電話は、受話器をはずし、そのボタンをおしてから、119番をおす。

救急です。
人がたおれています。
頭をけがしています。
市○町○丁目○番
○号です。
(○○の近くです。)



生活のしかたと病気

◎ 生活習慣病にはどんなものがありますか？

◎ 生活習慣病にならないためには次のようなことに日頃から注意をして生活しましょう。
 できたら□に✓を入れましょう。

早ね早起きをしている。



食後には、必ず歯をみがいている。



朝ご飯を毎日食べている。



外遊びや運動をしている。



糖分や塩分、しぼうのとりすぎに気をつけている。



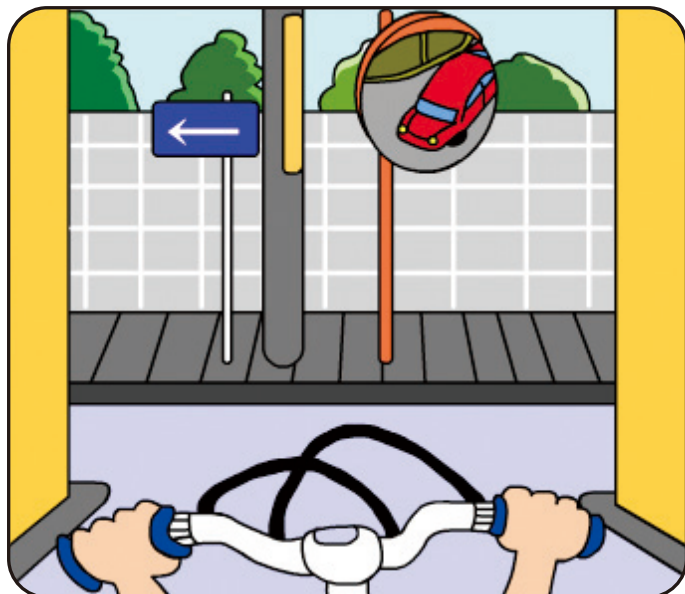
パソコンやスマホ、タブレットなどを夜遅くまでしない。



◎ むし歯や歯周病を防ぐためにどのようなことに気をつけていますか。

- 生活習慣病**
- 心臓病
 - 脳卒中
 - 糖尿病
 - むし歯と歯周病
 - がん
 - 高血圧症

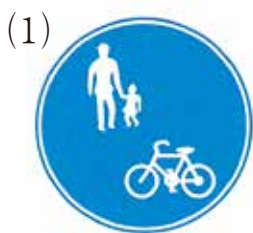
交通安全につとめよう



① 自転車で乗って、見通しのよくない丁字路にさしかかりました。どのようなことに注意しますか？書いてみてください。

◎ 交通事故を防止するには、次に起こるかもしれないことを予測して行動することが重要です。また、みんなの安全を守るために、町では環境を整えてあります。

② 次にあげる道路標識について、どのような意味の標識か、下の□から選んで記号を書きましょう。



()



()



()



()



()



()

ア. 横断歩道

イ. 自転車通行止め

ウ. 歩行者横断禁止

エ. 自転車横断帯

オ. 自転車及び歩行者専用

カ. 一時停止