

# どろんこ

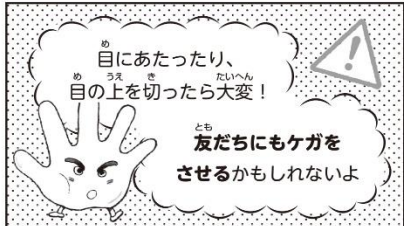


ひろはた小学校 ほけんしつ ほんごう

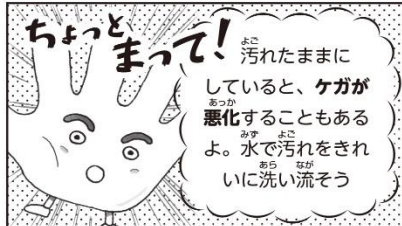


ちょっとまって！  
ケガする前・ケガしてしまったらどうすればいい？

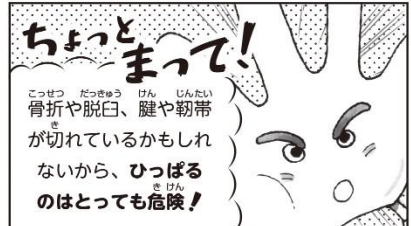
そうじの時間



休み時間



体育の時間



もし、ケガをしたら・・・ **3つのない** ← 応急手当 (おうきゆうてあて) ライス (ライス) 「RICE」をわかりやすくすると

## 動かない



動かさず、心臓より高くして、安静にする。

## ごすらない



目にはいったゴミ、きずについた砂はみずであらいながす。

## あたためない



まずは冷やして、はれや、内出血をおさえていたみをかろくしよう。

からだ **体ってすごい！**  
ケガが治るまでを  
見てみよう

- ① 血をとめる
- ② バイキンをやっつける
- ③ 傷口を埋めてくっつける
- ④ 新しい皮ふができる

