





# し め いぶつ はい おうきゅうしよち 知っておこう！目に異物が入ったときの応急処置

目はとっても  
だいじ  
大事♡

なみだ しぜんにとれなくても、こするのは禁物です。洗面器などにためたきれいな水に顔を付けて  
すいちゆう 流水ですすぎます。

## まばたきでとれる場合

- ・ 数回まばたきをして涙で洗い流す。痛みや違和感が強い場合はこの方法はしない。

## 小さなゴミの場合

- ・ 湿らせた綿棒やガーゼ、ハンカチなどの先でそっと触れ、ゴミを付着させてとる。

## 水で洗い流せる場合

- ・ 洗面器に顔を付けて水中でまばたきする。
- ・ 顔を横向きにして、流水ですすぐ。

※ 油類、洗剤の原液、農薬その他の化学薬品が目に入ったら、入った側の目を下にして流水  
で10分以上すすいでから眼科へ。

## 水で洗い流せない場合

- ・ 目を突いたときや、眼球に異物が刺さっているときは、水で流さず、目をガーゼなどでおお  
って直接触れないようにし、急いで眼科へ。



## 28日は秋の1日遠足！～串木野海上保安部、長崎鼻公園♡～

楽しみにしていた秋の1日遠足が近づいてきました。当日は風邪などひいて体調を崩さないように今  
から気を付けて過ごしましょうね。早ね・早起き・朝ごはんをしっかり実行しよう！



### ○ 乗り物に酔いやすい人は・・・

☆ 学校からはバスで移動します。移動時間は1時間くらいです。乗り物に酔いやすい人は、酔い  
止めの薬を飲んでみましょう。(帰りの分も用意しておくとう安心ですね)

### ○ ケガをしない行動をしよう

☆ 心がウキウキはずむのは良いけれど、嬉しすぎて走り回ったり遊具や遊びに夢中でケガをし  
ないようにしましょう。他の小学校のお友達も来ます。ゆずり合いの心を持ちましょう。

### ○ トイレはがまんしないで

☆ 移動時間が長いのでバスに乗る前などには、がまんしないでトイレに行きましょう。

