

暗号に チャレンジ

自分でできる!

応急手当

大きい順に
読んでみよう

ず

や

っ

う

ら

あ

ひ

け

す

み

で

し



ヒント

保健室でやってもらった
ことがあるかも。

ねんざや打撲、突き指などは腫れが
ひどくならないようにこれをしよう。

外で遊んでいて転んだときなど、
傷口が汚れているときは
これがまず第一!

血が出ているときは清潔なハンカチや
ガーゼを使ってこれをするよ。