

ポリ袋で三角巾

用意するもの

- ・ポリ袋 1枚
- ・はさみ
- ・新聞紙 数枚(添え木)



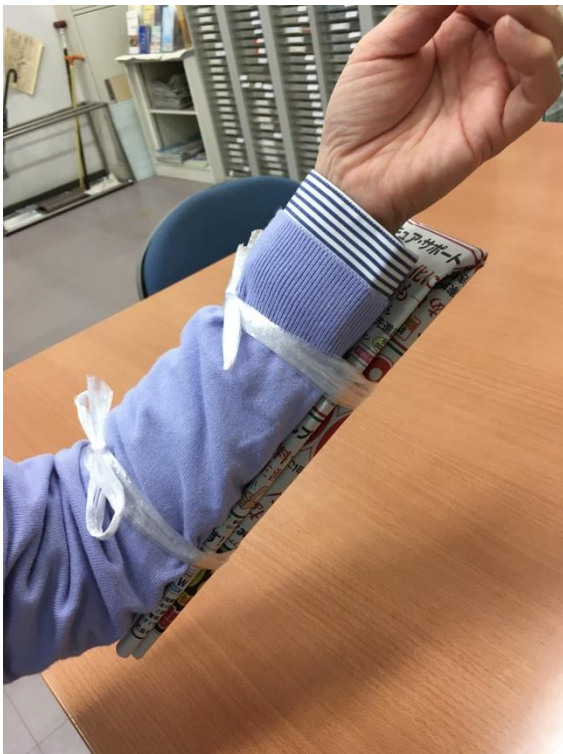
①ポリ袋の持ち手下のマチ部分の中央を切る。
このとき、持ち手を切らないように気を付ける。



②輪になったところに腕を通す。



③両方の持ち手に頭をくぐらせて首にかける。
※ポリ袋で首が痛くならないよう、首にあたる部分にハンカチなどをはさむといい。



< 添え木の代用 >

骨折したとき、病院に行くまでの応急処置として新聞や雑誌を添え木代わりにすれば、骨折した場所を動かさずにすみ、ケガの悪化を防げます。

骨折した部分を厚めに重ねた新聞か雑誌で巻き、ガムテープやひも状の物（ネクタイなど）で2、3か所とめ、しっかり固定するといいでしょう。

※添え木の代用は硬くて軽く細長いものが適している。