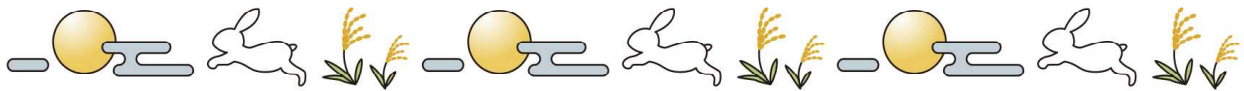


ほけんだより 9月

野崎中学校保健室 R8.9.17



今年の中秋の名月は9月25日。この日は月をながめ、お団子を食べたりします。月の模様は日本では「おもちをつくウサギ」と言われていますが、世界ではカニやロバ、ライオンなどとさまざまだそうです。スマホやゲームを置いて、月の模様がどんな形に見えるか自分目で確かめてみませんか？ 中秋の名月、見られるといいですね。



どこにあるか知ってる？



地震や火事など非常事態の時に避難するための出口。

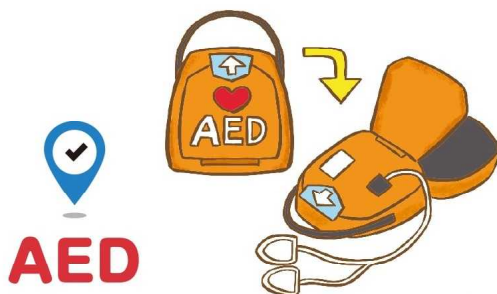


ひ じょう ぐち
非常口

※いざという時のために
知っておくことが大事です。

心臓が止まってしまった人の心臓を正常な状態に戻すための機器。電源を入れると自動で使い方を教えてくれるので、誰でも安全に使えます。

野崎中は職員玄関と体育館にあります。



倒れている人を見かけたら...



周囲に助けを求める



119番通報する



AEDを使う



胸骨圧迫をする

＋ 応急手当クイズ

友だちがケガをした！ どうする!?

大変です！ 友だちがケガをしました！ あなたが応急手当をして、友だちを助けてあげてください。正しい応急手当ができれば、痛みを和らげたり、回復を早めたりすることができます。

吹き出しに正しい応急手当を表すセリフを入れましょう

すりむいた！



どっちかな？

- ① 保健室から消毒液を借りてくる！
- ② 水で洗って傷口をきれいにしよう

ねん挫した！



どっちかな？

- ① 冷やして、無理に動かさないようにしよう
- ② 肩を貸すから、急いで保健室まで行こう！

血が出た！



どっちかな？

- ① 傷口を洗って、ハンカチで押さえよう！
- ② 傷口に触らないように、血をふき取ろう！

正解 ②

傷口に砂などがついたままだと、ばい菌が入って悪化する可能性があります。消毒液は傷を治す細胞を壊してしまう場合があるため、無理に使わなくても良いです。まずは流水で砂などを洗い流して清潔にしましょう。



正解 ①

ひねった時は、関節を支える靱帯などが傷ついた状態です。骨折している可能性もあります。無理に動かすと、痛みが強くなったり治りが遅くなったりします。安静にさせ、氷水などで冷やして痛みや腫れを和らげましょう。



正解 ①

まずは水で洗い、傷口にばい菌が入らないようにします。その後、清潔なハンカチなどで5分以上、血が止まるまで強く押さええます。血液は高いところから低いところに流れやすいため、傷口を心臓より高く挙げると止まりやすいです。



子どもたちの勇気ある行動が救った命

事例 1

父親が自宅で、心臓発作で倒れた。小学5年生の男の子は学校の救命教室で学んだ胸骨圧迫を実施。母親の119番通報とともに救命につなげた。(2019年7月)



事例 2

中学校の部活動中、顧問の先生が倒れた。校内には他に大人はおらず、部員たちは通行人に電話を借りて119番通報。授業で学んで胸骨圧迫やAEDで命を救った。(2019年7月)

これらの事例は、プロでなくても救命の担い手になれることを証明しています。いざというときに率先して、学んだことをやってみる！その勇気ある一歩が、目の前の大切な命を救います。

