



9月9日は救急の日

9月9日は9（きゅう）9（きゅう）と、9が2つで『救急の日』と制定されています。怪我をしたときに慌てることがないように、手当の仕方を覚えておくことはとても大切です。保健室に来る前には最初に自分でできる手当をしておく、その後の処置もスムーズに行えます。

また、学校のAEDの場所や使用方法、一次救命処置の仕方を再確認しましょう。

★**一次救命処置（BLS）** → 突然、倒れた人に対し、救急隊員や医師に引き継ぐまで、その場に居合わせた人が実施する応急処置のこと。

呼吸も意識もないとき その場にいる人で手分けをして、①②③を同時に行います。

①心肺蘇生



●胸骨圧迫

強く：胸が5cm以上沈むぐらいの力で
速く：1分間に100回以上のテンポで
絶え間なく：なるべく交代しながら休みなく

●人工呼吸

胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す。

★人工呼吸がためられる場合は、胸骨圧迫だけでもOK！

②119番通報



●落ち着いて担当者の質問に答えます。

- ・「火事ですか？救急ですか？」→「救急です」
- ・場所：町名や番地は分かる範囲でOK目印になる建物やお店などを伝えます。
- ・状況：病人やけが人の性別、年齢、様子など → 病人やけが人の意識があるか、けが人の場合は、どここの部位（出血の有無など）病人の場合は、どんな症状が出ているか。など

★救急車が来るまではその場から離れない（安全が保たれていれば）

③AED



●音声案内に従って操作

ふたを開けると、自動的に電源が入るようになっているものもあります。

●電気ショックは自動で

AEDが必要と判断した場合だけ、電気ショックが行われます。間違って作動することはないので、意識のない人に対しては、なるべく急いで使ってください。

～血が多い時～

出血している部分に、ハンカチやタオルを当て、上から強く押さえて止血します。

★ビニール袋を手にかぶせて処置をすると安全です。



保健室よりお知らせ

夏休み中に班活動でケガをして、受診している人は「スポーツ振興センター」の手続きをお忘れなく。遠征中や県外での試合等での受診も対象になります。詳しくは保健室までお問い合わせ下さい。これから受診予定の人は受診前に書類を保健室まで取りに来てくれると申請がスムーズです。

また1学期末に受診のすすめを貰って受診・治療済みの人は、その結果用紙も提出して下さいね。

スクールカウンセラー来校日

9月5日（木） 10日（火）

18日（水） 24日（火）

10月1日（火） 15日（火）

22日（火） 29日（火）

*日程が変更になる可能性があります。

*1枠50分になります。

*生徒・保護者どちらも利用可能です。

*面談の予約は担任または保健室まで♪