

# 保健だより 9月

夏休みが終わり、今年度も後期がスタートしました。みなさんはどのような夏休みを過ごしましたか？9月になってもまだまだ暑い日が続きます。体調が悪いときは無理せず、身体を休めてくださいね。

## 9月9日は救急の日

誰かが助けを必要としているとき、みなさんにもできることがあります。人命を救うためには、**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行う応急手当て（一次救命措置）**が大切です。ここでは、校内のAEDについて知っていきましょう。

もし、みなさんが校内で誰か倒れている人を見つけたら、すぐに大人（先生）を呼んでください。そこで、呼んだ先生に「**〇〇さん、AEDを持ってきて！！**」と頼まれたら、校内のどこへ取りに行きますか？

### 熱風 あびてない？



学校外では、**AEDマップ**を活用しましょう  
自宅の近くはどこにあるでしょうか。



金沢総合高校の

AEDの設置場所は…

事務室内と  
体育館入り口  
の  
2か所！



拡大写真



開けると警報音が鳴ります。

## AEDの使い方とポイント

2枚のパッドを傷病者の胸に貼る(胸の右上と左下側。貼る位置はパッドにもイラストで示されている)

周囲の人は、AEDが解析をしている最中や電気ショックボタンを押すときには、傷病者に触れずに離れる



AED(自動体外式除細動器)は、心臓がけいれんして血液を全身に送れない状態になった場合に、電気ショックを与えて正常な状態に戻す医療機器です。手順は音声メッセージで案内されるので、それに従えば簡単に操作できます。

AEDが電気ショックが必要と判断した場合は、周囲の人が傷病者に触れてないことを確認し、電気ショックボタンを押す

電気ショックが必要かどうかはAEDが自動的に解析してくれる



学校の外では、救急車を呼ぶこともあるかもしれません。自信をもって救急車を呼べるようにしましょう。



# 緊急!でも正確に! 119 救急車の呼び方

- 1 119番にかけ、「火事ですか、救急ですか」と聞かれるので「救急」と答える
- 2 どこで、誰が、どんな状態なのかをはっきりと簡潔に伝える
- 3 自分の名前、所在地（近くで目標になりそうな建物なども）、かけている電話の番号を正確に伝える
- 4 救急車が着くまでにやるべきことなどの指示を受ける
- 5 救急車が着いたら、救急隊員に状況（どんな容体か、それまでの手当て、持病があれば病名など）をくわしく伝える



**携帯電話・スマホから通報したときは…**

- ・転送される場合があるので、通話がとぎれても切らずに待つ
- ・救急車の目的地がわからなくなることがあるので、現場を離れない
- ・途中で切れないように、できるだけ立ち止まって話す
- ・通話終了後も、折り返しの着信に備えて電源は切らない

## 豆知識 覚えておくと便利な番号

110番や119番以外にも、役立つ番号はいろいろあります。

- #8000 小児救急電話相談**  
休日・夜間の急な子どものケガや病気について、小児科医から緊急度の判断などのアドバイスを受けられます
- #9110 警察相談専用電話**  
110番するほど緊急ではない、日常生活での困ったこと、警察への相談に
- 189 児童相談所共通ダイヤル**  
虐待通報の番号として知られていますが、子育てについての相談にも
- 171 災害用伝言ダイヤル**  
災害時に利用できる声の伝言板

## 病院、行けた？

＊ 養護教諭より ＊



健康診断の結果で病院受診のお知らせがあった人は、休み中に病院に行けましたか？  
勉強や部活で忙しいかもしれませんが、早めの受診をお願いします。  
受診した際は、担任の先生、または養護教諭に受診報告書を提出してください。

また、夏休み中に部活動などでケガをして病院に行った人は、日本スポーツ振興センターの災害共済給付金の給付対象になるかもしれないので、保健室まで教えに来てくださいね😊