

ほけんだより 9月

令和7年 嘉手納小学校 保健室



発熱・咳・胃腸炎に注意しましょう

9月に入っても、まだまだ暑い日が続いています。みなさん、体調はいかがでしょう？ 9月11日～12日、6年生のみなさんは、修学旅行があります。インフルエンザやコロナにかかると、出席停止の期間は、参加できない可能性があります。早寝・早起き・朝ご飯で、体調を整えて元気に過ごしましょう。



重要! AEDの使い方

心 臓が止まった人に何もなかった場合と比べて、**胸骨圧迫（心臓マッサージ）**をした場合、命助けられる確率が2倍近く高くなります。さらにAEDを使用した場合は、約半数の人を救えるという調査結果が出ています。AEDの使い方を知っておきましょう。

① 電源を入れる

(ふたを開けただけで電源が入るものもあります)



② 電極パッドを胸に貼る



③ 心電図の解析を待つ

(電極パッドを貼ると自動的に始まります)

④ 電気ショック

- 電気ショックの指示が出たら近くに人がいないことを確認し電気ショックのボタンを押す(自動で行うAEDもあります)。
- ショック後すぐに胸骨圧迫を再開する
- 電気ショックが不要の場合、胸骨圧迫を再開する



⑤ 胸骨圧迫とAEDをくり返す

(2分ごとに電気ショックが必要かどうか自動で解析します)

9月4日(木)の欠席
水ぼうそう1、発熱10、嘔吐1
ゲリ2、早退4
引き続き、感染症対策をお願いします。



暑い日まだまだ続きます

応急手当 何のためにするの？

ほ うっておいても治るのに、なんで応急手当をしなきゃいけないの？ と考えたことはありませんか。やけどをしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押さえて下を向く。こうした応急手当は、ケガや病気を治すための大事な一歩です。

す ぐに正しい手当をすれば、バイ菌が入ってひどくなるのを防いだり、痛みが減ったりして、早く治ることに繋がります。もしやり方を間違える、何もしないなどすると、もっとひどくなってしまうことも。



だ からこそ「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分のからだをまもるためにも、保健室で応急手当を学んでおきましょう。

