

ほけんだより 9月

皆さん、どんな夏休みを過ごしましたか？部活や勉強を頑張ったり、楽しい思い出ができた人もいます。2学期が始まります。気持ちを切り替えて頑張っていきましょう！
2学期も皆さんが元気で楽しく学校生活を送れるようにサポートさせていただきます。困ったことがあればいつでも保健室に相談しに来てくださいね。

令和3年度
第5号

三和中学校
保健室

9月1日防災の日

もしものときに冷静に行動できるように、日頃から「防災」についての意識をしっかりと持ってください。

<p>避難する場所や連絡先を しっかり覚えておきましょう</p>	<p>日頃から家族や友人と 災害時の行動について きちんと話し合っておきましょう</p>	<p>非常時の持ち出し品を きちんと用意しておきましょう</p>
--------------------------------------	--	--------------------------------------

日本は、地震・津波・台風・洪水・高潮・高波・火山噴火・雪崩などの自然災害が多い国です。自然災害は突然起こることもあります。もしもの時に、冷静に行動できるように、日頃から「防災」についての意識をしっかりと持ちましょう。
家族で話し合ったり、確認したりする際には、次のようなことを話題にするといいですね！

年に1回 防災家族会議

<input type="checkbox"/> 家の中で安全な場所は <input type="checkbox"/> 家の中での身の守り方は <input type="checkbox"/> 家族の役割を決めておく <input type="checkbox"/> 家族が離ればなれになったときの連絡方法・待ちあわせ場所は		<input type="checkbox"/> 非常用持出袋はどこにある？ <input type="checkbox"/> 非難ルートは <input type="checkbox"/> 非難場所は
--	--	---

なつやすみ ちりょう す ひと
夏休みに治療が済んだ人は
夏休み前に、健康診断で所見があった生徒には、治療のお知らせをしました。治療が済んだ人は、受診結果が記入してある健康手帳を学校に提出してください。また、受診の必要がなかった人も、おうちの方の確認が済んだら、健康手帳を提出してください。健康手帳はこの後も学校で使用しますので、早めの提出をお願いします。何か、困ったことがあれば、担任か養護教諭の遠山までお尋ねください。

三和中のAEDはどこにある？ -9月9日は「救急の日」-

9月9日は「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂合わせから「救急の日」とされています。救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めることを目的として、厚生労働省によって定められました。
さて、皆さんは、三和中のAEDがどこにあるか知っていますか？もし学校で命にかかわることが起きたとき…。「AEDを持ってきて！」と言われたときに、すぐに持ってこられるでしょうか。



三和中のAEDは保健室
のグラウンド側流し
の上にあります。

AED（自動体外式除細動器）とは

★このマークが目印！

心臓が突然止まってしまったとき、心臓が小刻みにブルブルと震えて（心室細動といいます）、全身に血液を送ることができなくなります。その震えを取り除くために、心臓に電気ショックを与えるのが、このAEDという機械です。

保健室からのお願い

- 保健室で借りた衣類の返却をお願いします。借りた後、まだ返却がない人がいます。早めに返却に来てください。
- 保健室利用の際は、先生に許可をもらってから来てください。保健室利用のため、次の授業に遅れそうときや、1時間休養したいときには次の授業の担当の先生に伝えてから来てください。（授業にいないと心配してしまいます…）

<p>目的 ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的 体の調子がすぐれない</p>	<p>目的 体や健康について学びたい</p>	<p>目的 心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意 継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>目的 保健室を利用するときの約束</p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p>注意 内服薬は出せません</p>
<p>ルール 先生にことわってから来る</p>	<p>ルール 入室退室時はいはい</p>	<p>ルール 室内では静かに</p>	<p>ルール 備品等に勝手に触らない</p>