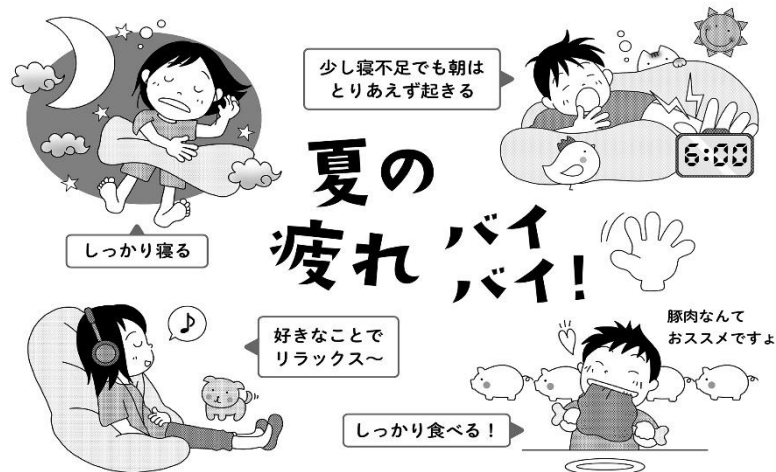


ほけんだより

2023
9月

橘高校定時制
保健室

夏休みが終わりました。今年の夏はいろいろなところへ出かけられた人も多いのではないのでしょうか。また、部活動やアルバイトに奮闘した人などそれぞれの過ごし方があったと思います。ゆっくりできたでしょうか。まだまだ暑い日は続きますし、生活リズムもまた戻していかなくてはなりません。体調に気をつけて過ごしていきましょう！



9月1日は

9/1は「防災の日」です。学校では、地震を想定した防災訓練の日を行っていますね。自分の命を守るため、災害時の避難の仕方・帰宅経路を確認します。

しかし、災害は

学校にいる時に起こるとは限りません。近隣の避難所・避難ルートの確認、そして家族でも連絡方法や待ち合わせ場所など、話し合っておきましょう。



9月9日は救急の日



もし目の前に人が倒れていたら、何ができるでしょうか。「救急車を呼んでください」と呼ばれたら、すぐかけられますか？「AEDを持ってきてください！」と言われたら、どこにあるかわかるでしょうか？橘高校にはAEDが3台あります。何気なく歩いているところに設置されていますが、わかりますか？（答えは保健室前に掲示してあります。）



橘高校定時制の先生たちは、夏休み中などに様々な研修を行っています。その中の1つに「心肺蘇生法研修会」がありました。今年は生徒会や就労体験へ行った生徒など7名と一緒に参加して、救命について学びました。私たちができることとして「一次救命処置」といい、胸骨圧迫やAEDの装着などがあります。練習用のAEDや人形を使用し、実際にシミュレーションを行いました。



夏休み中にも関わらず、参加してくれた生徒の皆さんありがとうございました。いい経験になりましたね😊



一次救命処置について、保健室前にも掲示してあるので、見てみてください。

必要なのは知識と勇気！ バイスタンダー



目の前で突然人が倒れた、交通事故が起こった…。そんな救急の現場に居合わせた人のことを、救急救命の用語で「バイスタンダー」といいます。直訳すると「傍観者」。でもただ見守るだけでなく、その人が勇気をもって行動すれば、目の前の命を救えるかもしれません。

救急車が到着するまでにかかる時間は平均8.7分*です。その間にも倒れている人が助かる可能性はどんどん低くなっていきます。でも、バイスタンダーが胸骨圧迫やAEDなどの応急手当を行えば、命を救える可能性が約2倍になるといわれているのです。

誰がいつどこでバイスタンダーとなるか分かりません。いざというときのために、応急手当の知識を持つことが大切なのです。

