

●9月の健康診断 変更のお知らせです。

日中はまだ暑い日が続きますね。でも、朝夕がほんのり涼しく感じられたり、夜によ〜く耳をすますと虫の音が聞こえたりしませんか？秋が近づいている証拠ですね。季節の変わり目は、しんどくなりやすいときでもあります。生活リズムを整えて元気に過ごしましょう！

耳鼻科検診	9月24日(木)	13:40 ~	1年生 21H 22H
眼科検診	9月14日(月)	13:30 ~	32H 33H 34H
	9月16日(水)		23H 24H 31H さわやか
	9月25日(金)	14H 21H 22H	
	10月6日(火)	11H 12H 13H ほほえみ	

9月9日は救急の日 いくつ分かるかな？9のチェック！

ケガをしたときは

1 鼻血が出た！



- 1 あおむけに寝る
- 2 首の後ろをたたく
- 3 下を向いて鼻をつまむ

2 いたっ！ 血…血がっ



- 1 氷で冷やす
- 2 傷口をハンカチなどで押さえる
- 3 そのままばんそうこうを貼る

3 あっ ちっ ちっ！



- 1 冷却シートを貼る
- 2 すぐに水で冷やす
- 3 アロエをぬる

もしものときは

4 倒れている人を見つけたら？



- 1 軽く肩をたたいて呼びかける
- 2 大きく揺さぶって反応をみる
- 3 知らないふりをする

5 AEDって何をすればいいの？



- 1 脳を刺激して意識を戻す
- 2 筋肉を刺激して体を動かす
- 3 心臓のけいれんを止めて動きを戻す

6 胸骨圧迫するのはどの辺り？



1 左胸



2 真ん中



3 右胸



救急車のことは

7 呼ぶときは？



- 1 110番
- 2 117番
- 3 119番

8 呼んでから到着するまでどれくらい？



- 1 8.7分
- 2 16.2分
- 3 20.3分

9 全国で約何台ある？



- 1 500台
- 2 3,200台
- 3 6,300台

6 6 1 8 2 7 6 5 4 3 2 1 2 3 4 5 6 7 8 9

●先生方の「救命講習会」を実施

講師：田中先生、水本先生、荒木先生
 ≪七尾鹿島消防本部 HP/応急手当講習≫を参考に、緊急時の対応を考えました。



一般市民向け
応急手当WEB講習
インターネットで救命講習



ポイント
 ①顔と顔が近づきすぎないようにする ②ハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にそれをかぶせる。



※ 総務省消防庁「令和元年版 救急・救助の現況」より

〇の数

8以上	ばっちりいい感じ！友だちにも教えてあげよう
5~7	もう少し！まちがったところを見直すと、もっとパワーアップするね
4以下	もう一度チャレンジしてみよう！次はパーフェクトかも？