

ほけんだより🐰9月



学校
ホームページ



清水特別支援学校 保健室
令和8年9月1日

長かった夏休みも終わり、学校に子どもたちの元気な声が戻ってきました。9月は日中の暑さが続く一方で、気温が下が;り、体調を崩しやすい時期でもあります。生活リズムを整え、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけながら、元気に学校生活を送りましょう。

傷病者対応訓練を行いました

夏季休業中、全教職員を対象に傷病者対応訓練を行いました。全体で心肺蘇生法を確認した後、グループに分かれて事例を用いたロールプレイを実施し、改訂したアクションカードの内容に過不足がないか検証しました。ロールプレイ後には意見交換を行い、各グループから出された意見を全体で共有しました。今後も、緊急時に適切な対応ができるよう、安全体制の充実に努めてまいります。

アクションカードとは… 傷病者の対応が必要となった場合に、役割を分担し、行動するためのもので、行動すべき内容が書いてあるマニュアルです。校内5箇所に設置していますが、今後増設予定です。



AED ここにあります！



AED とは、心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態になった心臓に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。

校内の AED は児童生徒玄関入って右側の下足箱、一番右上に設置しています。作動可能かどうか、日直の教員が毎日点検しています。



もしも クマに出会ってしまったら・・・

例年、クマの出没が各地で報告されています。万が一に備え、クマに遭遇した際の対応や注意点を知っておくことが大切です。安全に行動するためのポイントを紹介しますので、ご家庭でも話題にしてみてください。



クマを見ながら、ゆっくりと後退して距離をとる。(大声を出したり背中を向けて走ったりするのはNG!)



電柱や車など、クマとの間に遮蔽物を挟むようにして移動し、近くの民家などに助けを求める。



襲われそうになったときは、うつぶせになって首の後ろで両手を組み、急所を守る防御姿勢をとる。

9月9日は救急の日

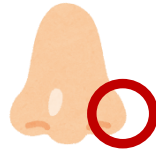
ケガをしたらどうする？

★すり傷★



まずは、傷口の汚れを水でよく洗い流します。その後は、必要に応じて消毒や絆創膏を貼るなど傷に合った手当をします。

★鼻血★



少し下を向いて、小鼻(鼻のふくらみの部分)を押さええます。15分以上止まらないときは、耳鼻科を受診しましょう。

★目の打撲★



安静にして、清潔なガーゼで優しく覆います。目は押さええてはいけません！吐き気があったり、鼻血が出たりする場合は、眼科を受診しましょう。

★のどに詰まった★



呼吸ができる場合は、強く咳込ませたり、指で掻き出したりします。呼吸ができない場合は、救急車を要請し、背部叩打法(前かがみにさせ、肩甲骨の間を強くたたく)などで異物を取り除きます。

★嘔吐★



処理をする時とその後は、換気を行います。手袋、マスク、(できれば使い捨てエプロンも)を着用し、使い捨て雑巾等で拭き取りビニール袋に入れて密閉します。消毒は次亜塩素酸ナトリウム液を使用しましょう。

9月の給食目標

食事のリズムを整えて元気に過ごそう！