



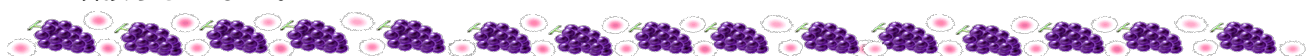
みなさんは「AED（エーイーディー）」を知っていますか。AEDは、心臓が突然止まったり、うまく動かなくなったりしたときに、命を助けるために使う機械です。9月9日の「救急の日」に合わせて、大切な命を守るためのAEDについて知っておきましょう。



【高美が丘小学校にあるAED】

夏休みが終わり、前期後半が始まりました。本来なら今は夏から秋へ季節の変わりめですが、今年はまだまだ暑い日が続きます。日中は暑くても朝や夕方は思ったより涼しくなり、朝夕の気温差で体調を崩しやすくなります。

みなさんは夏休みの生活リズムから抜けだせていますか？規則正しい生活を心がけましょう。そのためには、夜早く寝て、一日のエネルギー源の朝ごはんをしっかりと食べて元気に過ごせるように頑張りましょう。



応急手当のQ&A

友だちがケガをした！ どうする!?

大変です！友だちがケガをしました！あなたが応急手当をして、友だちを助けてあげてください。正しい応急手当ができれば、痛みを和らげたり、回復を早めたりすることができます。

吹き出しに正しい応急手当を表すセリフを入れましょう

すりむいた！



ねん挫した！



血が出た！



- ① 保健室から消毒液を借りてくる！
② 水で洗って傷口をきれいにしよう

正解 ②

傷口に砂などがついたままだと、ばい菌が入って悪化する可能性があります。消毒液は傷を治す細胞を壊してしまう場合があるため、無理に使わなくても良いです。まずは流水で砂などを洗い流して清潔にしましょう。



- ① 冷やして、無理に動かさないようにしよう
② 肩を貸すから、急いで保健室まで行こう！

正解 ①

ひねった時は、関節を支える靱帯などが傷ついた状態です。骨折している可能性もあります。無理に動かすと、痛みが強くなったり治りが遅くなったりします。安静にさせ、氷水などで冷やして痛みや腫れを和らげましょう。



- ① 傷口を洗って、ハンカチで押さえよう！
② 傷口に触らないように、血をふき取ろう！

正解 ①

まずは水で洗い、傷口にばい菌が入らないようにします。その後、清潔なハンカチなどで5分以上、血が止まるまで強く押さえ続けます。血液は高いところから低いところに流れやすいため、傷口を心臓より高く挙げると止まりやすいです。



知っておこう！

AEDを見つけるコツ

いざというとき、命を救うための処置は時間との勝負。AEDをなるべく早く見つける方法をご紹介します。

AEDのステッカーを探す
設置施設は、入口などの目立つ場所にステッカーを貼っています。施設の人に「AEDはどこですか？」と尋ねると案内してもらえます。

「AEDマップ」を使う
日本救急医療財団公開のウェブサイト「AEDマップ」を使うと、地図上で近くのAEDを探せます。設置施設の名前や住所も表示されます。

もしもの時に備えて、普段から設置場所を知っておくことも大切。学校や駅、お店など、身近な場所のAEDを探してみてください。お願いします。

身長・体重測定があります！

8月27日（木）～9月3日（木）の間で身長・体重測定を行います。学年だより等で日程の確認をお願いします。

※測定は体操服で行います。身長を測定するので、髪の毛を結んでいる人は、頭の低い位置で結ぶようにしましょう。



保護者の方へお願い

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続きます。子供たち一人一人が元気に過ごせるように、これからも引き続きご協力をお願いします。
☆ハンカチ持参（何度も手を洗うため、毎日清潔なものをお願いします）
☆水筒・帽子の持参（熱中症予防のために、こまめに水分補給をして、外に出る時は必ず帽子を被ります）

