

はじめまして
よろしくお願いします



養護教諭の ^{みずの}【水野かな子】 ^こです。

佐藤先生からバトンタッチをし、2学期からお世話になることになりました。子どもを産んで育てるためにしばらくお休みをしていたので、みなさんとは『はじめまして』になります。どんな出会いがあるのか、とても楽しみです。

みなさんが笑顔で健康に過ごせるように、サポートしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。



ハチに注意を！ ～夏・秋 危ない～

夏から秋にかけてハチに刺される事故がふえるそうです。



ハチ刺されを防ぐ

□絶対に巣には近づかない！

□家の中に入ってきたら、窓やドアを開けて自然に出ていくのを待つ。

□攻撃されたら、手で振り払ったりせず、目を閉じて顔を下に向けてしゃがみ、そこから速やかに離れる。



ハチに刺されてしまったら…

□針が残っていたら、毛抜きで抜く。

□傷口から毒を絞り出すようにして、洗い流して、冷やす。

こんな時はすぐに病院へ

□全身のかゆみ、息苦しさ、吐き気、めまいなどの症状が出た時。

□多くのハチに一度に刺された時。



＊**2回目は要注意！**（スズメバチだけでなく、ミツバチ、アシナガバチも）

過去にハチにさされ、ハチ毒にアレルギーがある人は、次に刺されると、じんましんや呼吸困難などのアナフィラキシーが起きることもあり、注意が必要です。

AEDの設置場所



知っていますか？

北中には

・職員室

・体育館のステージ横

に設置してあります。



119番通報後、救急車が到着するまでの時間 平均 7.5分！

その間の救命処置が重要です。突然、心停止を起こした人の救命率は、1分後にAEDを使用した場合は90%。それから1分遅れるごとに約10%ずつ低下していきます。一刻も早くAEDを使用することが大切です。

もし、その場にいたら、近くの人をすぐに呼んでください。救命処置として、①119番通報、②心肺蘇生（心臓マッサージと人工呼吸）③AEDを行います。





1923年（大正12年）に南関東を中心とした関東大震災が起きた日です。死者行方不明者10万人以上という大規模な震災でした。昨今も災害が続いています。日頃からの『備え』が命を守ることにつながると思います。

さて、みなさんは『備え』していますか？ 私は毎年、夏休みに非常用持ち出し袋や備蓄の点検をすることに決めています。それから、車のガソリンが残り半分になったら給油するように心がけています。

まずは、できることから。家族で、避難所や集合場所を話し合っておくことも忘れずに。

こんな時どうする？！

①トイレ中に地震がきた！

- 【A：まず扉を開けて、安全確保
- 【B：トイレ内で待機



②地震だ！コンロに火がついているけど、どうする？

- 【A：すぐに消しに行く
- 【B：揺れがおさまってから消す



①答え：A

まず扉を開けましょう。ドアが変形して閉じ込められてしまうかも。

②答え：B

熱い鍋が落ちてきてケガをするかも。揺れがおさまってから落ち着いて消そう。

～ 保健室から連絡です ～



●夏休み中にけがをした人はいませんか？

夏休み中に部活動などでけがをして病院へ行った人は担任か顧問の先生に申し出てください。学校でのけがの場合、日本スポーツ振興センターより災害給付金が支給されます。

●夏休み中に治療が完了した人へ

夏休み中に、健康診断の結果で病院を受診した人（眼科、歯科、内科、耳鼻咽喉科、貧血など）は受診勧告書を担任の先生に提出してください。

*佐藤友紀先生から皆さんへメッセージをいただきました。

皆さん、こんにちは。8月末まで、養護教諭としていました。佐藤友紀です。夏休みが明けましたが、元気に生活を送れていますか？先生も、新しい学校で日々頑張っています。

皆さんと過ごした、一年半はとても思い出に残るものでした。ありがとう。先生から一つ皆さんに伝えたいことがあります。これから先も、辛いこと、悲しいこと、楽しいこと、嬉しいこと、いろいろあると思います。その時は、絶対に「一人で抱え込まない」でください。誰かに、話してみてください。そうすると、心にあった苦しみや不安などが少し、軽くなります。

先生は、皆さんの心と体の健康をいつまでも願っています。

佐藤 友紀