



# 9がっ ぼけんだよい

令和3年度  
9月号

八代小学校

保健室

みなさんはどんな夏休みを過ごしましたか。コロナ禍でなかなか遊びには行けなかったと思います。でも、日本各地で大雨による災害が起きて、日常を奪われてしまった人がたくさんいます。9月1日は「防災の日」です。災害はいつ、どこで起こるかわかりません。「もしも」の時に、自分や大切な人を守れるように家族と一緒に持ち物や避難場所などの確認をしておきましょう。



## こんなとき どうする？



### 家にいるとき

すぐに机やテーブルの下に入ろう。揺れがおさまっても一人で動かず、おうちの人や近所の大人の人と一緒に行動しよう。



### 学校にいるとき

ろうかの窓ガラスには近づかないで！揺れがおさまったら、先生の指示にしたがっておちついて動こう。



### 外にいるとき

家の塀や電信柱など、倒れてきそうなものからは離れよう。カバンや上着で頭を守りながら、近くの公園などに避難しよう。



### エレベーターの中にいるとき

全部の階のボタンを押して、止まった階でおりよう。もし、閉じ込められたら、インターホンで助けを呼ぼう！



災害時に備えて、家族で避難場所や集合場所の確認をしておきましょう。また持ち出し用非常袋の中身は定期的に確認をして、使用期限や賞味期限の切れたものは入れ替えるようにしましょう。コロナ禍の今はマスクや消毒液は多めに用意をしておくとうれですね。



# 9月9日は 救急の日

いくつか分かるかな？9のチェック！！



ケガをしたとき	<p>1 わっ 鼻血がでた!</p> <p>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</p>	<p>2 いたっ! 切っちゃった</p> <p>①水で冷やす ②傷口をハンカチなどで押さえる ③そのまま絆創膏を貼る</p>	<p>3 あっ あちち!</p> <p>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</p>
	<p>4 倒れている人を見つけたら?</p> <p>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</p>	<p>5 AEDって 何をしますもの?</p> <p>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心臓の痙攣を止めて動きを戻す</p>	<p>6 胸骨圧迫するのはどのあたり?</p> <p>①左胸 ②真ん中 ③右胸</p>
救急車のことは	<p>7 呼ぶときは?</p> <p>①110番 ②117番 ③119番</p>	<p>8 呼んでから到着するまでどれくらい?</p> <p>①8.7分 ②16.2分 ③20.3分</p>	<p>9 全国で何台あるの?</p> <p>①500台 ※ ②3200台 ③6300台</p>

※総務省消防庁「令和元年版 救急・救助の現況」より

## いくつか正解できたかな？

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	もう一度やってみよう! 次はパーフェクト

新型コロナウイルスの感染が全国的に急拡大し、幸手市でも感染者が増加しています。学校では引き続き、マスクの着用と手洗い消毒の実施等の感染対策を徹底します。ご家庭でも毎日の健康観察と人ごみへの外出自粛等のご協力をお願いいたします。体調がすぐれない場合には無理をせずに医師の判断に従ってください。濃厚接触者及びPCR検査対象になった場合は速やかに学校にご連絡をお願いいたします。