



2023年 9月発行
 豊見城中学校 保健室
 9月の保健目標
 救急処置法を学ぼう

1学期後半がスタートしました。今年は全国的に猛暑が続き、熱中症の危険度が高くなっています。また、新型コロナウイルスやインフルエンザの感染にも注意が必要です。夏休みの生活リズムと違って学校生活リズムに「キツいなあ」と思う人もいると思います。からだ慣らしに困っている生徒はリフレッシュの時間も作りながらこの時期を乗り切ってみましょう。保健室への相談も待っていますよ！

救急車が来るまでに！
あなたにもできる救命処置

救急車の到着まで **約10分**

119番通報をしてから救急車が到着するまでは9.4分（全国平均）*1。心停止では、1分ごとに救命率が10%低下するといわれます。また、脳は酸素がなくなって3～4分で死にいたりします*2。救急車を待っているのは手遅れになることがあるのです。



*1：総務省 報道資料「令和4年版 救急・救助の現況」
 *2：厚生労働省HP「CPR/心肺蘇生法」

胸骨圧迫で救える命の数 **約2倍**

AEDで救える命の数 **約6倍**

何もせずに救急車を待つ場合と比べて、胸骨圧迫を行うと約2倍、AEDを使用すると約6倍もの命を救うことができます*3。胸骨圧迫とAEDで、心停止を起こした人の約半数を救えるともいわれています*3。



保護者のみなさまへ

☆ 毎朝お忙しい中ですが、お子様の健康観察をよろしくお願ひします。体調が優れない時には検温をし、無理をせず、自宅での経過観察が必要な時もあります。

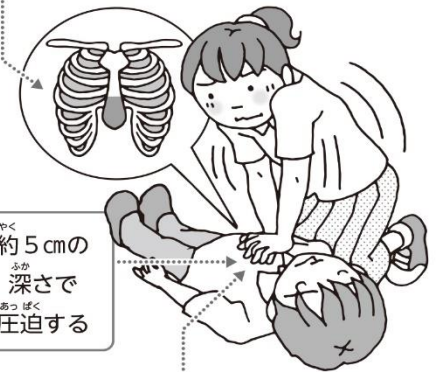
（先週、近隣小学校ではインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症対応での学級閉鎖がありました。）

☆ 保健室では、ケガなどの応急処置で保冷剤を使用しています。ご家庭に余りの保冷剤がありましたら保健室へ提供お願いいたします。

胸骨圧迫の方法

胸骨圧迫は、止まった心臓の代わりに脳と心臓に血液を送る唯一の方法です。

胸骨の下半分を手の根本で強く押す



真上から100～120回/分の速さで力強く！

ポイントは「強く」「早く」「絶え間なく！」

普段通りの呼吸がないとき、判断に迷ったときは、ただちに開始します。

AEDの設置場所は

管理棟玄関・体育館

