

HEALTH REPORT

2022年
No.3
9月26日

鹿本高校 生徒保健委員会 1年 森 坂本 竹森

Title Tanaka.Y

【特集】

友達が倒れた！

あなたはどうする！？

校内のどこにある？

AED・担架・車いす

迷わない119

火事ですか？救急ですか？

あなたの勇気で

助かる命がある



【インタビュー】

防災だより読んでますか？

teacher ISEZAKI AYA

【連載企画】

AEDの歴史

クイズに挑戦

【お知らせ】

治療に行きましたか？

むし歯・歯肉炎・視力

迷わない
☎119

校内MAP AED・担架・車いすをさがせ！

AED
体育館 運動場側入口



担架・車いす
保健室前廊下



AED
売店自販機前



事故ですか？
救急ですか？
「救急です」
あなたのお名前と
住所（場所）を教
えてください。

「しかモンです。
鹿本高校の運動場に
倒れています。」
交差点、建物、バ
ス停、電柱の番号
など場所を具体的
に伝える)

どうされましたか？

「友達が走っていて
急に倒れ、意識が
ありません。」

※応急手当の方法
も教えてくれるの
で指示を聞こう。

倒れた方の名前と
性別、年齢を教え
てください。

「やまが太郎さ
ん、男性17歳
です。」

※電話を切らなく
ても救急車は出動
しています。慌て
ず詳しく伝えま
しょう。

救急車が到着するまで
7~8分かかります。
一人で対応せず、周り
の人を呼びましょう！

全て音声ガイダンスに従う！

【電気ショックが
必要でない場合】
AEDが判断するので、ガ
イダンスに従い心肺蘇生
法を再開する。

**ただちに胸骨圧迫
から再開※1**

※1 強く、早く、絶え間なく胸骨圧迫を



AED【電気ショック】

⑤ AEDの使用
・電源を入れ音声ガイドに従う
・電極パッドを**右胸上部**と**左わき腹**に
貼る

パッドは心臓を**はさむように**貼る
平面上に貼らない

あなたの**勇気**で

助かる**命**がある！

人が倒れた！

安全の確認

車の往来は？等、助ける人が
二次災害にあわない

① 意識の確認

① 肩のあたりを叩きながら呼びかける



② 助けを呼ぶ

② 大きな声で助けを呼ぶ、AEDを持ってきてもらう



10秒以内

③ 呼吸の確認

③ 胸とお腹の動きから
呼吸をみる



2020改定
迷うときは胸骨圧迫を！

④ 胸骨圧迫と人工呼吸

胸骨圧迫 30回
救急隊に引き継ぐまで繰り返す



人工呼吸2回(省略していい)

人がいる、技術がある、可能な場合はする

**胸の真ん中を
強く(5cmの深さ)
速く(100~120/分)
絶え間なく
(中断を最小に)
押す**

**AEDが到着したら
胸骨圧迫を続けたままAEDの
準備をします**

伊勢崎先生にインタビュー！

初のインタビューコーナーでは、9月1日が「防災の日」ということで防災主任の伊勢崎先生にお話を伺いました。



ミニ情報

2年4組担任

教科:地学

バレー部顧問

天草出身

最近、金木犀の香りにはまっています♡お香やハンドクリームなどで癒され中

Q. 先生が自宅や学校で備えている防災グッズには何がありますか？

A. 自宅では防災リュックを備えています！
防災リュックは色んな種類のものがネットで売ってあるので便利です♪
私は手回し発電機がついてるものを買いました。



Q. 防災だよりに避難所のことが書かれてましたが、「避難所」と「避難場所」の違いって具体的にどういうものなのでしょうか？



A. まず避難場所は、事前に災害が発表された時に避難する場所のことを言います。気象災害が起きたときとかに多いです。

避難所は災害が発生した後、滞在を目的とした場所です。避難所はその時に起きる災害によって使えたり使えなかったりします。災害が起こった後、すぐ行動できるように事前に調べておくのがいいですね！



Q. 鹿本高校生に防災について一言お願いします！

A. 鹿本高校生は全体的に少し防災意識が低めな気がします…。だからこそ災害は自分の身にも起こりうる事を考えて正しく怖がり、しっかりとした備えをしてください！



伊勢崎先生、インタビューに答えてくださりありがとうございました！^^【MORI】

連載 クイズに挑戦！

第1問

AEDを医療従事者ではない一般市民が使用できるようになった年は？

- ①2000年 ②2004年 ③2008年

第2問

熊本の高校にAEDが設置されたのは？

- ①2006年 ②2016年 ③2010年

クイズの
答え

第1問()

第2問()

年 組 号

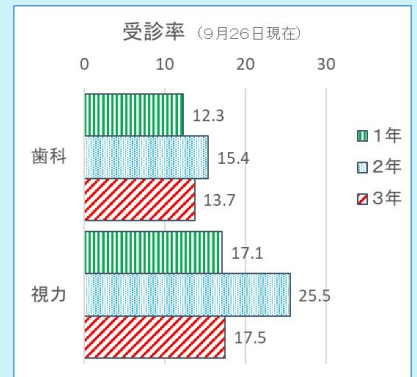
氏名

★正解者にはプレゼントあり★
答えと氏名を下に記入。
切り取って小会議室前の箱
に入れてください。

保健室から

「むし歯や歯肉炎・視力低下・耳や鼻の病気」などでお知らせをもらった人は、夏休み中に受診しましたか？

鹿高生は、むし歯よりも歯垢・歯石がつき、歯肉炎になっている人の割合が多いです。歯石は自然に取れないので、歯科医院に行ってクリーニングしてもらいましょう。



受診したら報告書を出してください。