

# ヘルテック 11月号

熊本工業高等学校  
生徒保健委員会  
荒井(繊維2年)  
宮崎(建築1年)

熊工祭まであと数日となりました。保健委員会では、展示発表を工化3年教室で行います。今回のヘルテックではその一部を紹介します。今年のテーマは・・・



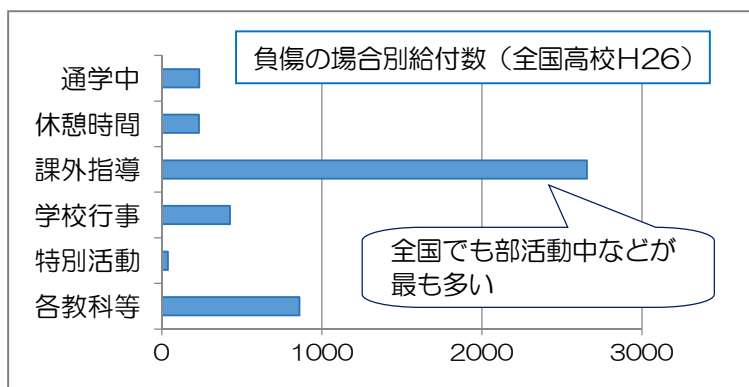
## 『スポーツにおけるケガと肉体のメンテナンス』

### ★テーマ設定の理由★

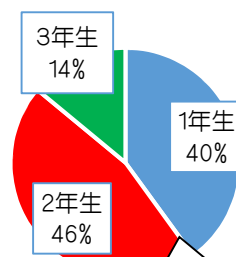
熊工は、学業面だけではなく、資格取得やものづくり、部活動がとても活発な学校です。熊工生の歌で「赤い血潮に黒い顔」と歌われているように、運動部活動生が全体の約70%を占めます。熱心に練習に取り組む生徒が多い一方で、ケガをする人もたくさんいます。

そこで、今年度の生徒保健委員会ではこのことに注目して、スポーツ振興センターのデータや、ケガの種類、応急手当、予防のためのメンテナンスなどについて調べてまとめることにしました。

### スポーツ振興センターの災害共済給付のデータ



### 学年別給付申請数 (熊工H27)



1・2年生に申請者が多い傾向にあります。

### 体験コーナー&計測コーナー



「あっぱくん」※  
で胸骨圧迫を  
体験しよう！

あっぱくんの特徴：正しい位置、強さで圧迫ができていることを「ピッピッ」という音で知らせます。正確な胸骨圧迫を短時間で学ぶことができます。

展示会場には、身長計や体重計なども置いてあります。お気軽に来てくださいね！

### 動画上映プログラム

#### ★スポーツ振興センター監修DVD★

- ① 運命の5分間 その時あなたは  
～突然死を防ぐために～
- ② 水泳の事故防止  
～プールへの飛び込み事故を中心に～
- ③ スポーツ活動中の歯・口のけがの防止と応急処置

★たたかう救急アニメ 救え！ボジョレー!!★

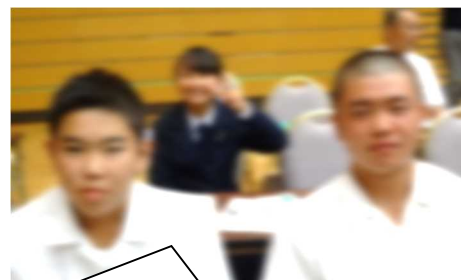
★生徒保健委員会の活動紹介ムービー★



ムービーを鑑賞しながら休憩に来ませんか？

## 第2回生徒保健委員連絡協議会 報告

日 時 : 10月21日(金)  
場 所 : ホテル熊本テルサ  
参加者 : 熊本県内の生徒保健委員約150名  
内 容 : 研究発表(鹿本高校・翔陽高校)  
講演「熊本県人口ビジョン」について  
演習「心肺蘇生法、応急手当(三角巾使用法)」



詳しくは、熊工祭展示発表で！

「三角巾の使い方」の一部を紹介します！ ≪熊工祭の展示教室に三角巾を準備しています≫



三角巾は、手当てする部位によって、ちょうどいい幅に、たたんで使います。



上腕部は四つ折りにして、手首の方から肘に向かって斜めに巻きます。



額の傷を保護する場合は、後ろで交差させた後に、前に戻して、本結びをします。

### 参加した保健委員の感想

胸骨圧迫は実際に見たりすることがなかったのでこの研修でどんなふうにするのかがわかり、良かったです。

AEDは扱うのは難しいものだと思っていました。しかし、音声での説明があり、とても簡単にできるものだと思いました。もし、倒れている人を見かけたら、冷静に判断し、習ったことを思い出しながらかけてあげたいです。

(繊維2年 Y・A)

救命、応急手当については中学校の時に消防士の方に指導していただいたのですが、改めて知ることができました。そのうちの 하나가、心肺蘇生前の意識があるかどうかの確認についてです。意識があるかないか、何度も確認しがちですが、その間にも心臓は止まっている時間が長くなってしまふので、確認は10秒以内ということです。今回体験したことを、もしもの場合に生かせたらいいなと思いました。

(土木1年 H・U)

心肺蘇生法とAEDの使い方では、熊工のU君がステージに出て、胸骨圧迫のみの心肺蘇生の実技をやりました。AEDの使い方は、とてもわかりやすくなっており、音声で説明をしてくれるので、誰でも使えるようになっていふなと思いました。三角巾の使い方では、三角巾を何度かたたむことによつて、頭部や腕や膝など様々な部分に使えることを学びました。三角巾はとても使い勝手がいいと思うので、方法を忘れずに覚えておけば、どんな状況でも使えるなと思いました。

(土木2年 K・S)