

2学期が始まり、1週間がたちました。分散登校のため学校生活のリズムには、完全に戻りきれないところもあると思いますが、起床時間だけはしっかりと守ってください。



9月9日は
救急の日

覚えておこう

いざというときの

コール&プッシュ



その場でみなさんにできることがあります。『コール&プッシュ*』を素早く行い、救命の輪をつないでいきましょう。

AED が到着するまで

コール 119番通報と AED要請

倒れている人の反応がなければ **コール**

やるべきことは?

- 大きな声で応援を呼ぶ
- 周りの人に119番通報をお願いする
- 近くにAEDがあれば持ってきてもらう

*一般社団法人 日本循環器学会

プッシュ 胸骨圧迫

普段通りの呼吸をしていなかったら、胸を **プッシュ**

「普段通りの呼吸」の確かめ方は?

呼吸のたびに胸とお腹が上下に動いているかを確認します。上下に動いていないとき、判断に迷ったときはすぐに胸骨圧迫をはじめましょう。

どうやってやるの?

胸の真ん中に片方の手のひらの付け根を当て、その上にもう一方の手を重ねて組みます。体重が垂直にかかるよう両肘はまっすぐに。

この部分で圧迫

胸骨圧迫のポイント

強 <	胸が約5cm (子どもの場合、胸の厚みの約3分の1) 沈み込むように
速 <	1分間に100~120回のテンポで
絶え間なく	なるべく中断しないように

プッシュ AED

AEDの電源ボタンを **プッシュ**

AEDってなにをするもの?

心臓がけいれんして血液を全身に送れなくなったときに使用する機械です。電気ショックによって心臓を正常な状態に戻します。

どうやって使うの?

電源を入れると操作説明のメッセージが流れるので、その通りに。電気ショックの必要があるかどうかは機械が判断してくれます。

電気ショック後 または 電気ショックが不要だった場合

すぐに胸骨圧迫を再開します。AEDは2分ごとにショックが必要か自動的に判断するので、救急隊が到着するまでAEDと胸骨圧迫をくりかえしましょう。

AED が到着したら



一人ひとりが
できることを
きちんとして

今、新型コロナウイルスのデルタ株が問題になっていますが、すでに変異した新たな株も出てきている状況です。しかし、感染予防策はどの株に対しても同じです。

始業式には、健康観察と手洗いのタイミングについて話しました。学校生活が安心して送れるよう、感染症予防について、再度確認しておください。



1. 健康観察・体温測定を行う(本人・家族)

- 健康観察は家族全員が行う。
- 最近では、発熱や頭痛・せき・倦怠感だけでなく、のどが詰まったような咽頭違和感や熱はないが体が熱っぽい感じだけの症状の人もいます。少しでも体調が悪かったら学校には登校しないで、家でゆっくり休むこと。
- 家族に少しでも体調が悪い人がいる場合も、学校には登校しない。

2. 自分で自分の身を守る ※今までやってきている感染対策をしっかりとやる

- マスクの着用：
 - ・マスクはしっかりと口と鼻を覆う。
 - ・マスクをはずしているときは、おしゃべりしない。



- こまめな手洗い：
 - ・消毒スプレーがあっても、まずは手を洗うことが大事。



- 水道がなく手洗いができないときは、消毒でもかまわない
- ・水道で手を洗った後、水道のハンドルに水をかけてから水を止める。
- ・手洗いのタイミング

★登校してきた時	★休み時間・道具を共有したとき
★トイレの後	★給食の前と後
★掃除の後	★下校する時



- 人との距離をとる：
 - ・マスクをしていても、友達とくっついて、じゃれたりしない。
- 換気：
 - ・休み時間は窓を大きく開けて、空気の入替えをする。
- 三密を避ける：
 - ・トイレが密集の場とならないようにする。

用便を済ましたらすぐに退室する



タオル・ハンカチを忘れずに!!

【保護者の方へ】

お子さんが学校に登校してから体調不良を訴えた場合は、体調不良の原因にかかわらず早退とさせていただきます。その際、学校に長時間留め置くこともできないため、お子さんの状態によっては保護者と連絡が取れない場合でも帰すことがあります。(ひとりで帰す場合、家に着いたら学校へ連絡をいれるよう指示をします) ご承知おきください。

家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合の家庭での注意点

他の家族と部屋を
可能なかぎり
分ける



できるだけ
限られた人が
お世話をする



できるだけ全員が
マスクをつける



こまめに石けんで
手洗いをする



部屋の換気をする



共用する部分
(取っ手、ドアノブ
等)を消毒する



体液で汚れた
リネン、衣服を
洗濯する



ゴミ(鼻をかんだ
ティッシュなど)は
密閉して捨てる



