

おうちの方と一緒に読みましょう



令和8年9月1日
見沼小学校保健室

学校にみなさんの元気な姿が戻ってきました。久しぶりに会うみなさんは、少したくましくなった気がします。

夏休み中に、心と体の充電はできたでしょうか。生活リズムを見直して、少しずつ学校のペースに慣れていきましょう。心配なことがあるときは、保健室にお話しに来てくださいね。運動会の練習が始まります。水分補給も忘れずに、健康に気をつけて過ごしましょう。



こんなときどうする？

クイズ

運動

応急手当



1 校庭でころんで すり傷ができ、砂だらけに！

- ア 水道の水で洗い流し、保健室に行く
- イ そのまま保健室で手当してもらおう
- ウ 砂を手ではらい、すぐに消毒する



2 サッカーボールが顔に当たって、 鼻血が出た！

- ア ティッシュを鼻につめてうつぶせになる
- イ すわって軽く下を向き、小鼻をつまむ
- ウ 上を向いて首の後ろを強めにたたく



3 がんばって走っていたら、 足がつってしまった！

- ア マッサージしながら少しずつのぼす
- イ ついていない足で、その場でジャンプする
- ウ 氷などで冷やしながらかるめにたたく



4 バasketボールを 取りそこねて、つき指した！

- ア 痛みがおさまるまで様子を見る
- イ あたためながら引っぱる
- ウ 動かさないようにして冷やす

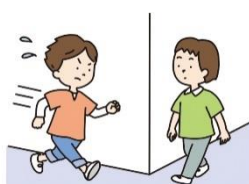
【こたえ】1…ア 2…イ 3…ア 4…ウ

学校で安全に過ごすために



ろう下

静かに右側を歩く



ま曲がり角

よそ見をせず
ゆっくり歩く



かいだん
階段

ジャンプしたり
段をとばしたりしない

1 学期にけがをして保健室にきた人は『320人』でした。防ぐことができるけがはたくさんあります。

◆ 周りをよく見て

◆ 落ち着いて

◆ ルールを守って

安全に生活しましょう。

～明日（あす）も 進む いのちの日～

平成23年9月29日、さいたま市立小学校6年生の児童が、駅伝の課外練習中に倒れ救急搬送された後、翌30日に亡くなるという大変悲しい事故が起きました。

さいたま市教育委員会は、二度と同じような悲しい事故が起きないように、教職員が研修や事故発生時に活用するための「ASUKAモデル」を平成24年9月30日に作成しました。

令和4年9月30日で「ASUKAモデル」作成から10年が経過し、さいたま市教育委員会は、毎年9月30日を「明日（あす）も 進む いのちの日」と制定しました。

【本校での取組】

- ①身体計測時の指導：AEDの場所の周知と役割について指導する。
- ②給食時の放送による指導：AEDの役割やいのちの大切さについて指導する。
- ③AEDの一斉点検：日常点検を行い、重大事故発生時に備える。
- ④5・6年保健の授業：心肺蘇生法について学ぶ。



保健室の窓ぎれ
(校庭側の棚の上)

緊急時セット
(担架：職員室前廊下)



エーイーディー AEDってなに？

エーイーディー AEDとは？

- ・心臓が正しく動いていないときに電気ショックを与えて、心臓の動きを整える機械です。

使い方は？

- ・電源を入れると音声メッセージが流れます。音声に従えば安全に使えます。誰でも使えます。小学生のみなさんでも使えます。

エーイーディー AEDを使うのはどんなとき？

- ・意識がないとき
- ・呼吸の様子が普段とは違うとき
- ・意識があるか、普段とおりの呼吸をしているか「分からない」とき



エーイーディー AEDが必要ないときに使ってしまうとどうなる？

- ・必要ないときは「電気ショックは必要ありません」というメッセージが流れます。迷ったときは使いましょう。