

# ほけんだより

令和6年8月30日  
第6号  
川口市立幸町小学校保健室

## 学校、よく行く場所…AEDはどこにある？

9月9日は「救急の日」。さて、学校のAEDがどこにあるか、みなさんは覚えていますか？忘れてしまった人はぜひ、自分で学校の中を歩いて、見つけてください。そして、どうしてもそこにあるのかも考えてみてくださいね！



学校以外にも、駅や空港、デパート、ショッピングモール、プール、体育館、野球場、サッカー場、陸上競技場などには、ほぼAEDがあります。行ったときに探してみましよう。

事故や災害はいつ、どこでも起こります。あなた自身はもちろん、おうちの人やきょうだい、友だち…いっしょにすごしていて、とつぜんにけがをしたり病気になったり、ということも。そのときに、

AEDがどこにあるかを知っていれば、自分で取りに行ったり、まわりの大人に教えたりすることで、『いのち』を助けられるかも。いつか自分も使うかもしれないものとして、よく行く場所についても、調べて覚えておくようにしてほしいと思います。



## 夏の疲れ、残っていませんか？

まだまだ暑さが残る9月。だるさや疲れを感じたら、それは夏の疲れが残っているのかもしれない。早寝早起きをこころがけ、お風呂にゆっくり浸かりましよう。

こんなときどうする？

クイズ

運動

応急手当



### 1 グラウンド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げにたたく

### 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