



2018年
7月9日(月)
山崎東中学校
保健室発行
NO. 6

梅の実が熟する頃に降り続くから「梅雨(ばいう)」、
じめじめしてカビ(黴)が生えやすいので「黴雨(ば
いう)」…梅雨の語源には、いろいろあります。何に
しても、雨の日はゆううつなものです。降り続く雨に、
つい、ため息が出てしまいますが、作物を育て、暑い
夏に備える、大切な雨でもあります。雨の季節とじよ
うずにつきあい、元気に過ごしたいですね。



心肺蘇生法を学びました

6月28日(木)29日(金)、全クラス体育の時間に心肺蘇生法を実施しました。
まず最初に先生から説明を受けた後、グループに分かれて一人ずつ実習をしました。今回は配られたプリントを見ないで行うことを目標にしました。(いざというときにプリントはありませんからね…)けれど、一人一人やっていくうちに覚えることができたり、グループの中で教えあったり、上手にアドバイスできる子が出てきたりしてみるみる上達していきました。



ひととおりやり終えた後、何人かで協力し、交代しながら胸骨圧迫や人工呼吸をする練習もしました。(実際にやってみてわかったと思いますが、胸骨圧迫はとても疲れます。疲れてくると十分に押すことができなくなり、効果が落ちてくるので、協力者がいる場合は適宜交代しましょう。)

もし目の前で人が倒れたら頭が真っ白になってしまうと思います。でも、**中学生でも、知識と技術と人を助けたいと思う気持ちがあれば救える命がある**のです。もしもの時には今日のことを思い出し、焦らず、あわてずに対応していきたいですね。

【生徒感想】

◆ぼくは今日の心肺蘇生法を勉強して思ったことがあります。それは、僕でも人の命を救えるかもしれないということです。心肺蘇生法をしっかりとしていれば、もし倒れている人を発見したら、少しでも助かる可能性を高くできるかもしれません。もしも、このような場面になったら自分でもできることをします。
1年男子



◆最後の時、ぼくは119番通報する役でした。あわててしまって言葉がごちゃまぜになってしまいました。もし機会があったら落ち着いてしたいと思いました。
1年男子

◆今日の心肺蘇生法では3つのことに気を付けてとりくみました。1つ目ははずかしがらない、2つ目は真剣にとりくむ、3つ目はふざけないということでした。もしも本当にその現場にいたらパニックになったり、いざというときに出来ないとな人の命を助けることができないからです。これから夏、もしもそんなことがあったら、しっかりできるようにしておきたいです。
1年女子

◆心肺蘇生はとても大事ななと思いました。特に一番胸骨圧迫がしんどかったです。実際は、30回じゃなくて救急車が来るまでしなければいけないと思うと、とても大変だなと思いました。
2年男子

◆心肺蘇生をして感じたことは、みんな1年生のときと比べて上手になっているということです。紙を見ずにスムーズに出来ました。胸骨圧迫は30回を3セットすると、とても汗をかきました。やっぱり応援を呼ぶのは大事ななと思いました。もしもの時にすぐに行動できるようにずっと心がけておきたいです。
3年女子



全ての健康診断が終わりました

6月28日(木)の歯科検診をもって全ての健康診断が終了しました。何か病気や異常が見つかった人にはその都度、お知らせを出しています。おうちの人と相談して早めに専門医で受診してくださいね。なお、治療または相談が終わったら受診報告書を学校に提出してください。



☆お願い☆

保健ファイルの中に、おうちの人に見せなければいけないおたよりがそのまま残っていることがあります。ファイルを受け取ったら、中身を空にして学校に提出してくださいね。