



令和7年9月

流山市立おおぐろの森中学校
保健室

長かった夏休みも終わり、新学期を迎えました。おおぐろの森中のみなさんが、大きな事故やケガなく、夏休みを終えることができて、ほっとしています。長期休暇明けは、焦らず、みんなのペースで生活リズムを整えていきましょう。

AEDの設置場所知っていますか？

9月1日は防災の日

おおぐろの森中には AED が2台あります。みなさん、どこにあるか知っていますか？確認をして、いざというときに備えましょう。

「職員室校庭側の外壁（1年生昇降口側）」



「体育館 ホワイエ内」



重要！ AEDの 使い方

① 電源を入れる

(ふたを開けただけで
電源が入るものもあります)

② 電極パッドを胸に貼る



③ 心電図の解析を待つ

(電極パッドを貼ると自動的に始まります)

④ 電気ショック

- 電気ショックの指示が出たら近くに人がいないことを確認し
電気ショックのボタンを押す（自動で行うAEDもあります）。
- ショック後すぐに胸骨圧迫を再開する
- 電気ショックが不要の場合、胸骨圧迫を再開する



⑤ 胸骨圧迫とAEDをくり返す

(2分ごとに電気ショックが必要かどうか自動で解析します)



臓が止まった人に何もしなかった場合と比べて、
胸骨圧迫（心臓マッサージ）をした場合、命を
助けられる確率が2倍近く高くなります。さらにAED
を使用した場合は、約半数の人を救えるという調査結
果が出ています。AEDの使い方を知っておきましょう。

おおぐろの森中では、毎年1・2年
生を対象に救命講習を実施してい
ます。

今年度も、学校薬剤師の石黒先生を
お招きし、実施しました。



覚えておこう！正しい応急手当

応急手当

何のためにするの？

ほ うっておいても治るのに、なんで応急手当をしなきゃいけないの？と考えたことはありませんか。やけどをしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押させて下を向く。こうした応急手当は、ケガや病気を治すための大変なはじめの一歩です。

す ぐに正しい手当をすれば、バイ菌が入ってひどくなるのを防いだり、痛みが減ったりして、早く治ることにもつながります。もしやり方を間違える、何もしないなどすると、もっとひどくなってしまうことも。

だ からこそ「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分の体を守るためにも、保健室で手当をしてもらったときに応急手当を少しずつ覚えていきましょう。



正しく
使えていませんか？

モイストヒーリング用の絆創膏

傷が早くきれいに治ると言われている、傷口を乾かさないためのハイドロコロイド素材の絆創膏。便利ですが、使い方によっては危険もあります。

汚れたまま貼るのはNG

傷口はきれいに洗ってから貼りましょう。汚れが残っているまま密封すると、菌が繁殖してしまうことも。



端が剥がれたら貼り替える

おうちで貼ってきた絆創膏が剥がれているのを時々見かけます。端が一定以上剥がれると菌が入って感染の危険も。

2歳以下の乳幼児は対象外

乳幼児に対しての安全性は確立されていません。使用するのは3歳以上になってから。



防災について考える

－家族で防災会議を開こう！－

みなさんは、災害への備えはできていますか？災害発生時、必ず家族と一緒にいるとは限りません。交通機関がストップし、おうちの方が仕事先から帰ってこられない…なんてこともあるかもしれません。いざというときに少しでも安心できるよう、日頃から家族で防災について話し合うようにしましょう。

おおぐろ中保健室も、非常時持ち出し袋を用意しています。



非常用持ち出し袋を確認！

す ぐに避難しなければ命に関わるような危険が迫ったら持ち出すのが非常用持ち出し袋。万が一のときのために、おうちの人と用意したり、中身を確認したりしておきましょう。

おうちの人と

避難生活を支えるもの
携帯トイレなど
衛生面や睡眠に
関わるもの

応急手当用の
救急セット
ばんそうこうなど
ケガをしたときに
備えるもの

必需品

眼鏡など
生活に欠かせない
調達しづらいもの

避難時に使うもの
ヘルメットなど、
避難先までの移動を
サポートするもの

水と食料

支給まで
時間がかかることも。
最低三日分×家族分の
水と食料を

貴重品

現金など
避難生活の継続、
生活の立て直しに必要なもの

情報収集ツール

ラジオなどスマホが
使えなくても
情報を集められるもの