

一 傷害の原因と防止

1 傷害とその原因

- ・ ( ) 要因－危険な行動、不安定な心身の状態
- ・ ( ) 要因－危険な物、場所、自然の悪条件

2 傷害の防止

- ・ 人的要因への対策  
( ) についての知識を持つこと  
( ) 安全に行動すること  
→ ( ) ・ ( )
- ・ 環境要因への対策  
危険なものや場所などについての ( )、( )、( )  
\* ( ) についても日頃から備えておく

- \* 教科書 P59 「活用しよう」について話し合い。
- \* 犯罪被害の防止

○どんな事故や傷害が多いのか？

- ・ 日本人の4大死因  
( )、( )、( )、( )
- ・ 小中学生 (10~14 歳) の死亡要因  
がん、( )、( )

↓ 内訳

( ) 約 40%、( ) 約 30%

- ・ 中学校での怪我  
《どんな場合》 ( )  
《どんな場所》 ( )、( ) など  
《どんな種類》 挫傷、打撲、( )、( )

ハインリッヒの説  
「ヒヤリ・ハット体験」の重視。  
「1 : 29 : 300」  
= 重傷事故 1 回に対して、29 回の軽傷事故、300 回の傷害にならない事故を経験している

二 交通事故の現状と原因

1 中学生の交通事故の現状

- ・ ( ) 乗用中 (約 7 割) と ( ) 中 (約 1 割) が多い
- ・ 自分の能力を ( ) 行動、( ) な行動、( ) な行動による事故が多い
- \* 自転車対歩行者 自転車対自転車 ( ) では、自転車は ( )

2 交通事故の原因

○事故の分析 \* 教科書の P61 の「活用しよう」について表を完成させる

【人的要因】	【( ) 要因】	【環境要因】

○車両の特性と対策

【自転車の特性】

- ・ 速度が低いときにはバランスを崩しやすい、急にとまれない

【自動車の特性】

- ・ ( ) → 車両の ( ) 側に入らない、車が左折してから通行
- ・ ( ) → 運転者から見えないうちに入らない
- ・ 急にとまれない → 車が止まることを期待しない

**2年 保健【傷害の防止】**

2年 ( ) 組 ( ) 号 氏名 ( )

**三 交通事故の防止 四 犯罪被害の防止**

- 安全な行動と危険予測 ※教科書 P 6 2 「エクササイズ」を話し合う。
- 安全な環境づくり ※P 6 3 資料②の確認
- 犯罪被害の予測と回避 ※ ( ) に近づかない

**五 自然災害に備えて**

**1 自然災害**

日本で多い自然災害－ ( )、( )、( )、( )  
( ) が困難、特に ( )

○地震による ( )

- ・家屋の倒壊や家具の ( )
- ・( )、土砂崩れ、地割れ、( )
- ↓
- ・( )、( )、ガスの補給が断たれる
- ( )
- ・精神的な障害 (心の傷) = ( )

**2 災害への備えと発生時の行動**

【発生直後】 ・身の安全の確保

【避難準備】 ・( ) の確保  
 ・( ) の防止  
 → ( ) を切り、( ) を閉める  
 ・正しい情報の入手 = ( ) の使用

【避難】 ・海や気になる場所を見に戻らない  
 → ( ) の危険性、高台に避難  
 ・( ) や赤ちゃん、肢体不自由者の安全確保  
 ・水と食料の確保 = 水は一人1日 ( ) ℓ

※ 非常持ち出しぶくろの準備

**ナチュラル・ハザード** 自然現象  
**ナチュラル・ディザスター** 自然災害

- ・自然火災
- ・火山の噴火、噴火による火砕流や溶岩流
- ・地震による津波、液状化現象、ライフラインの寸断
- ・低気圧や台風、前線による集中豪雨洪水や土石流、がけ崩れや地すべり
- ・雪害 吹雪、雹 (ひょう)
- ・異常気象

【高温、低温(冷害)、少雨(干ばつ)、暖冬、猛暑、熱波、冷夏、空梅雨、またエルニーニョ、ラニーニャ】

- ・伝染病のまん延、大流行、未知の病気の発生 (人獣共通感染症)、バイオハザード 生物の異常発生

○バイオハザード  
 有害な生物あるいはその構成成分が環境中に漏れることによって発生する災害の源のことである。人間と自然環境に重大な危険をもたらす

**【阪神・淡路大震災】 1995年1月17日、午前5時46分、マグニチュード7.3**

神戸や阪神・淡路地方を直撃。犠牲者 6400 人、倒壊・焼失家屋約 25 万戸などの被害を出した。圧迫死が全体の犠牲者の約 9 割を占め、そのうちの 4 割が 65 歳以上の高齢者だった。

電気・ガス・水道などのライフラインが麻痺し、復旧までは電気が 1 週間、上水道が約 1 か月、都市ガスが約 3 ヶ月だった。また、災害によって、人々の心にも深刻なダメージが残った。

**【東日本大震災】 2011年3月11日、14時46分18秒、マグニチュード9.0**

宮城県牡鹿半島の東南東沖が震源。巨大な津波が発生し、東北地方と関東地方の太平洋沿岸部に壊滅的な被害が発生。地震の揺れや液状化現象、地盤沈下、ダムの決壊などによる被害が広範囲で発生し、各種インフラが寸断された。死者・行方不明者は 1 万 8,432 人、震災発生直後のピーク時で避難者は 40 万人以上、停電 800 万戸以上、断水は 180 万戸以上。復興庁によると、2018 年 2 月 13 日時点の避難者等の数は約 7 万 3,000 人で、避難の長期化が特徴。政府は震災による直接的な被害額を 16 兆円から 25 兆円と試算。世界銀行の推計では、自然災害による経済損失額としては史上 1 位としている

## 六 応急手当の意義と基本

## 1 応急手当の意義

- ① ( ) ② ( ) ③ ( ) ④ ( )

## 2 応急手当の基本

## 応急手当の手順 (JRC ガイドライン 2010 より)

- ① ( ) の状況の確認
- ・ ( ) を防ぐため、まず周囲の安全を確認。
- ② ( ) の確認
- ・ 反応 (意識) の有無を確認。肩を叩きながら、相手の耳元で「大丈夫ですか？」などと呼びかける。
- ③ ( ) を求める
- ・ ( ) 番に通報。何をどうすればいいのかアドバイスをもらえる
  - ・ ( ) の依頼
  - ・ 極力周りの人を巻き込む。人数は多い方がいい
- ④ ( ) の確認
- ・ ( ) かどうかの確認。明らかにおかしい呼吸は「呼吸無し」と判断する。

【正常な呼吸がある場合】 → ( )

- ・ 仰向けに寝かせた状態で、片方の手で ( ) を押さえ、もう片方の手で ( ) を上に持ち上げる。

- ⑤ ( ) (胸骨圧迫)
- ・ 胸の真ん中に手の付け根を置き、両手を重ねて、肘をまっすぐ伸ばし、( ) 以上の速さで、継続できる範囲で ( ) を繰り返す。
- ⑥ ( )
- ・ 鼻を押さえ、胸部が膨らむように息を約 1 秒吹き込む。胸骨圧迫 ( ) 回毎に ( ) 回が目安。
- ⑦ ( ) 装着
- ・ 傷病者の体が濡れている場合は拭き取る。それ以外の手順は音声ガイダンスに従う。
- 心電図解析 → 電気ショックの有無 → 心肺蘇生を再開

## 「ガイドライン 2010 での変更点 まとめ」

\* 大原則は胸骨圧迫をできるだけ早く行うことと、その中断を最小にすること。救助者の訓練経験の有無に関わらず応急手当が可能ないように、手順を分かりやすくしたこと。

- ・ 気道確保は不要
- ・ 呼吸確認の「見て、聞いて、感じて」が廃止
- ・ 胸骨圧迫最優先 (気道確保と人工呼吸は省略可)
- ・ 胸骨圧迫のテンポが 100 回/分程度から 100 回/分以上に変更
- ・ 人工呼吸はやらなくてもよい。心理的抵抗感も大きいことと、胸骨圧迫中断によるマイナス面を考慮

七 きずの手当

《きずの手当の基本》

- ① ( ) を止める
- ② ( ) を防ぐ
- ③ ( ) を和らげる

《いろいろなきずの手当》

「切りきず・さしきず・すりきず」

- ・汚れを ( )
- ・消毒し、( ) を当てて包帯する

「やけど」

- ・( ) で冷やす (痛みがひくまで)

「鼻血」

- ・鼻をつまみ、静かに座る
- ・( ) から ( ) にかけて冷やす

「打撲」

- ・冷やして安静にする

「毒虫に刺された」

- ・( ) を取り除く
- ・水で洗い、冷やす

☆ 捻挫・打撲等の対応・・・「RICE」

- Rest . . . . . ( )
- Ice . . . . . ( )
- Compression . . . . . ( )
- Elevation . . . . . ( )

《間違った処置について》

「切りきず・さしきず・すりきず」

傷口に直接綿やちり紙を当てない。繊維が残る。

「やけど」

水ぶくれはつぶさない。(細菌感染の防止)  
医師の診断を受けるまでは薬を用いない。

「鼻血」

綿やちり紙を用いない。(繊維が残る)  
首の後ろを叩かない。  
頭を後ろに反らせない。(血液を飲んで気分が悪くなる)  
止血してもしばらくは鼻をかまない。

「打撲」

意識がない場合は、やたらに名前を呼んだり、ゆすったりしない。

《止血法》

\*全血液量の ( ) / ( ) 以上を出血 → ( ) に危険

「( ) 止血法」

- ・傷口にガーゼなどを当てて直接圧迫する

\*止血できない場合 → ( ) 止血法を併用 → 止血帯法

→動脈性出血の場合

◎教科書 P78～81

- 包帯法について
- 骨折・脱臼・捻挫とその手当について
- 離岸流
- 自転車事故と運転者の責任
- 犯罪被害の防止
- 熱中症の手当て

必ず確認しておくこと！！

※P82・83の章末問題も取り組んでおこう！