

保健だより



佐賀工業高等学校・定時制
保健厚生部
令和3年12月8日

「オミクロン株」確認 50ヶ国超！

「オミクロン株」が出現したとしても、私たちにできる感染対策は変わりません！

2021年も1か月を切りました。気温は一雨降る毎に下がり、本格的な冬に近づいてきました。新型コロナウイルス感染症では新たな変異株『オミクロン株』の発生で、国内も危機感が高まっています。冷静に受けとめ、日頃からできている予防と感染対策「マスク、換気、手洗い・手指消毒、三密(密閉・密集・密接)の回避、十分な栄養と睡眠、水分補給、鼻呼吸、そして人と人との思いやり等」をこれからも意識して行いながら、体調管理に気をつけて、一緒に乗り越えていきましょう。



心肺蘇生法・AED 講習がありました！11月15日(月)実施

皆さんにも
救える命が
あります。



感染症が心配される場合は
基本的に、人工呼吸は行いません。



道で倒れた人を発見した時、突然、身近な家族や大切な友達が意識を無くした時、私たちは何ができるのか。人の命を救うためにどう動いたら良いのか。ALSOK 佐賀(株) 白谷氏を講師に迎え、緊張した空気の中でみなさんは、実体験を交えて、一次救命処置の方法を真剣に学ぶことができました。

下記にみなさんの感想を一部紹介します。

万が一に備えて、本校内の AED、担架、車いすの設置場所を覚えておきましょう。

AED 2台→ 事務室受付窓口の左側

プール北側渡り廊下冷水器横

担架 2台→ 保健室前出入口右側の専用ボックス

プール北側渡り廊下冷水器横

車椅子 1台→ 保健室南側出入口



保健室南側出入口
車椅子と松葉杖



事務室受付窓口左側



プール北側渡り廊下冷水器横

<感想一部紹介>

- 今日の講話で、1年生か2年生の時に習っていた気がしたが、忘れていたことも多くあり勉強になりました。また、緊急時などには頭が真っ白になってしまうこともあると思うので、今回習ったことで少しでもあせらずにすむと思いました。
- 救命方法についてよくわかった。できるならばこの知識が生きるような場面がおとずれないでほしいと思う。
- 今日、心肺蘇生法の講習をしていただいて、いざ本番になると意外と自分で何をしたいかわからなくなるくらい緊張するので、自分





がこういう場面になったら今日の講習を生かしたいと思います。

○ 自動車学校でしたことがあったので覚えていたし、しっかりすることができたので良かったです。一つ一つのことが丁寧にできたので良かったと思います。

○ 過去に複数回講習を受けてきて、内容は頭に入っていたが、もしもの時に実際にやれるか、となるとわからないので、改めて、やるべきことや手順などを再確認できて、よかった。今日の講習の内容を忘れないようにして、いざという時にしっ

かりと実践できるようにしたい。

○ 倒れている人を発見し意識確認、応援を呼び、AEDや胸骨圧迫、人工呼吸の一連をみて、学ぶことができました。でも、実際に倒れている人を見ると、思考が停止したり、見て見ぬふりをするかもしれません。ですが、全てにおいて言えることは、講習を学ぶ前に倒れている人を発見することができなかったのは一つの助けだったと自分は思いました。それほど講習がためになったということだと思います。

○ 今日、初めて胸骨圧迫をして、ちょっときつかった。交代する人がいたからよかったけど、一人では無理。

○ 今日の講話や実技を見て思ったことは、心肺蘇生とAEDの使い方、人に声をかけるなど色々することがあることを知りました。あとは、いざ実践となると頭が真っ白になって、わからない所がでてくると思いますが、頑張りたいと思います。

○ 今日の講話を聞いて本当にそういう場面にであつたら、すぐに助けたり、救急車等呼ぼうと思いました。

○ 今回の講話は、いつもの聞くだけとは違い、実際にやってということだったので、すごい頭の中に残ったと思います。声かけやAEDの準備や救急車を呼ぶなど勉強になったので良かったです。

○ 今日の講話を聞いて、以前、教習所に通っていた時に習ったことを少し忘れてしまっていたので、改めて学ぶことができて良かった。実際にみんなの前でやってみたが、あまりうまくできなかった。でも、手順は覚えることができたので、実際にそういう場面に出会ったときは、率先して救助できるようにしたいです。

○ 自動車学校で学びましたが、今日改めて振り返り、どうしたらいい等を再び見つけることができました。今日のことを覚えて使えることを祈っています。今日はありがとうございました。



○ 心肺蘇生法、AEDの話ややり方、手順などを聞いてとても勉強になったし、もし何かあった時でも対応できるので良かったです。今回聞いたやり方、手順などを忘れないようにします。



12月1日 世界エイズデー

正しい知識と意識

感染と偏見の最大の予防策



受診勧告書は、4回目の発行です。虫歯や歯肉炎、視力低下を放置している人は必ず受診してください。

令和3年度「世界エイズデー」キャンペーンテーマ

レッドリボン30周年 ~ Think Together Again ~

エイズが世界的な問題になりつつあった30年前。ニューヨークの芸術家たちが、エイズで亡くなった仲間への追悼と、エイズに苦しむ人々への理解・支援の意思を表明するために運動を始めました。そのときのシンボルが「レッドリボン」です。

30年の間に治療法は進歩し、早期開始すればHIVに感染していない人と同等の生活

を期待できるようになりました。けれど現状はそうした正確な情報が十分に伝わっているとは言えません。

レッドリボンに宿る意味を原点に立ち返って考え、HIV検査の受検促進や差別・偏見の解消を願うのが、このキャンペーンテーマ。「レッドリボン」に込められた思いは今も変わりません。



冬休みは治療のチャンス

