



佐賀工業高等学校・定時制
保健厚生部
令和8年9月

夏季休業が終了し、学校生活がスタートしました。また、みなさんの元気な顔が見られてうれしいです。生活リズムはしっかり学校モードに切り替えられていますか？勉強やアルバイト、友達との楽しい時間など、充実した日々を過ごせるように、自分なりの工夫で体調を整えていきましょう。

一方で、今年も暑かったので、疲れが残っている人も多いのではないのでしょうか。疲れが溜まっていると集中力が低下し、思わぬケガにつながることもあります。これからの時期、色々な行事も控えていますので思い切り楽しむためにも、十分な休養をとり、安全を意識して学校生活を送りましょう！

～エイズ予防講話～

7月13日（月）



「知識が未来を守る AIDS/HIV 感染症の話」

講師：佐賀中部保健福祉事務所 健康推進課 感染症対策担当 技師 稲毛佳織 様
係長 古川仁子 様



HIV 感染を知り、早期に適切な治療を受ければエイズの発症を防ぐことができ、他の人と同じように生活することができます。そのためには**早期発見が大切**です。2025 年には佐賀県で3名のエイズ患者が報告されています。また、近年では梅毒の感染者数が増えています。2025 年の佐賀県の感染者の中で20代の割合が一番多いことが分かっています。

他人事と思わず、正しい知識を持ち、なにか気になることがあれば保健所で検査を受ける、相談する事を覚えておいてください。稲毛先生から生徒へ「自分の健康な身体に関心を持ちましょう」「自分と相手の心も身体も大切にしましょう」と伝えていただきました。

☆みなさんからのステキな感想を一部ご紹介☆

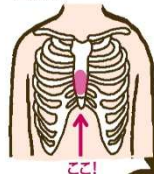
- ◎HIV やエイズなどの人への偏見・差別をしないようにしようと思った。
- ◎HIV＝エイズだと思っていたが、HIV はウイルスの名前でエイズは病気の名前ということを知れた。
- ◎きちんと予防などをすれば感染はしないと知り、これから気を付けたいと思います。
- ◎最近は若い子でも感染する人が増えてきているので、自分のことのように考えていきたいと思います。
- ◎今日知れたことをしっかり頭に入れておこうと思った。「知らないはリスクになる」
- ◎日常生活では感染しないものの、予防なく行為に及ぶことで、自分の知らないうちに潜んでいる可能性がある。と分かったため、これからの人生でそのような機会があった際には、予防や正しい対処をできるよう覚えておきます。
- ◎HIV 感染は、8割が性行為だということに驚きました。
- ◎HIV、エイズにかかっていることに自分で気づきにくいところが、やっぱり怖いところだと思いました。
- ◎今の医療ではエイズを体から完全に除去することはできないが、薬で症状を抑えることはできるそうです。早期発見のため、心当たりがあったら、保健所で検査する事が必要だなと思いました。



2～4年生は昨年度の
AED 講習を思い出して
みましょう！

押す位置

胸の真ん中、
胸骨の下半分が
目安。



押すときの手

両手を重ねて、
手の「付け根」の
部分で押す。



胸骨圧迫 (心臓マッサージ) をするときは

押すときのポイント

両肘をまっすぐ伸ばし、
真上から「強く」、「速く」、
「絶え間なく」押す。



学校のAEDは ここに 있습니다



- ・事務室前玄関外右側
- ・プール北側渡り廊下
冷水器横



学校内の設置場所だけでなく、
自宅の近所や通学路では
どこにAEDがあるのかを
知っておくと、いざというときに
役立ちますよ！

「いつか」のために、**今** できること

地震、台風、大雨など災害はいつ起こるかわかりません。「まだ大丈夫」と思っているうちに
災害が起こり動けなくなることもあります。だからこそ大切なのは、日頃からの備えです。



自分の家からの 避難場所を確認

「どこに逃げるのか」「どうやって
行くのか」を知っておくだけで、い
ざというとき
に落ち着いて
行動できます。



家族会議を開く

もしものときの連絡の取り
方などを家族で話し合っ
ておきましょう。日頃から考
え行動することが、命を守
る力になります。



家庭で非常用 持ち出し袋の用意

水や食料など、最低限でも準
備していれば自分や家族を守
れます。避難時に
すぐ手に取れる場
所に置きましょう。



—— 「いつか」のために、「今」できることを始めてみませんか？ ——

RICE 処置を正しく行おう

ケガの痛みや腫れを抑え、回復も早くできるのが

Rest (安静)



Icing (冷却)



Compression (圧迫)



Elevation (挙上) の“RICE”という応急処置です。

この処置には注意点もあります。→→→→→→→→→

【注意点】

☆**冷却**は凍傷につながることも

水を直接当てたり、冷やしすぎたりすると皮膚の組織が
凍って、血流も悪くなり、凍傷を引き起こします。

☆**圧迫**で壊死すること

強すぎる圧迫や長時間の圧迫は神経麻痺や循環障害を
起こし、壊死すること。冷却・圧迫していて、患部が青
くなったり、しびれてきたりしたら休憩するなど断続的に
行いましょう。



9月の予定

○9月 9日 (水) 17:30～20:30

スクールカウンセラー来校日

○9月14日 (月)

歯科講話