

9月1日は「防災の日」でした

夏休みが終わって4日が経ちました。みなさん、疲れていませんか？徐々に学校生活のリズムに身体を慣らしていきましょう。さて、9月1日は「防災の日」でした。私たちはいつどこで災害に遭うのか、または事故現場に居合わせるのか予想できません。緊急事態に勇気を出して行動できるためには、日ごろの「心の備え」が大切です。日頃から AED の場所の確認や、救命処置について学んでおきましょう。

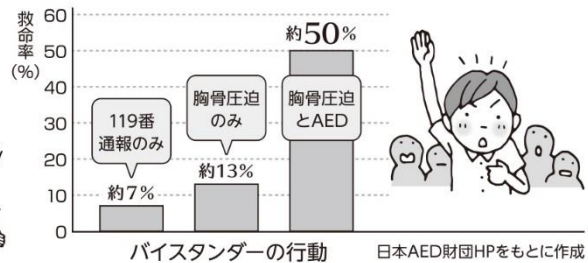
「バイスタンダー」になるのはあなたかもしれない

バイスタンダーとは、重大なケガや病気で心臓が止まってしまった人が現れた時に、その場に居合わせた人のことです。

すぐに119番通報をしたとしても、救急隊の到着までにかかる時間は約9分。その間に何もしなければ、救命率は急激に下がっていき、救急隊が到着した頃にはほとんど助からない状態になっていることも。



しかし、その約9分間にバイスタンダーが救命処置を行えば、救命率は大きく上昇します。



もしもの時に勇気を出して行動できるように勉強しておきましょう

外で AED を探す方法

- ♡「日本全国 AED マップ」とスマホで検索
- ♡人が集まる場所などを探す
(市役所や公民館、大きな駅など)
- ♡学校には来賓玄関に AED があります！



9月10日（火）は1年生貧血検査です！

貧血とは、体内に酸素を送る赤血球の数や血色素（成分に鉄を含む）の量が減って、体内が酸欠状態になることです。

貧血になると、めまいがしたり、動悸や息切れが起きたり、疲れやすくなるなど、様々な症状が出ます。中学生のこの時期は成長が早く、鉄分が足りないうちに「鉄欠乏性貧血」になりやすくなっています。一般的に症状に気が付きにくく、気付かないうちに貧血が進んでいることがあるため、検査を行って早期発見をすることが大切です。

時間：13時30分から

対象者：1年生希望者

検査中や検査後に体調が悪くなった場合は、すぐ保健室の先生にいきましょう。

希望者には9日（月）に個別に通知をお渡しします。

場所：保健室



カミナリに気を付けて！

最近、ゲリラ豪雨が増えています。突然の雨と雷、怖いですよね…。雷による死亡原因は、開けた平地に立っていた場合が最も多く、次が木の下での雨宿りです。この2つが雷による死亡の半数以上を占めています。校庭は「危険な場所」です。雷の危険がある時は、早めに建物の中へ避難しましょう。

安全な場所はどこ？

身を守る姿勢は？

救急処置は？

カミナリから身を守ろう



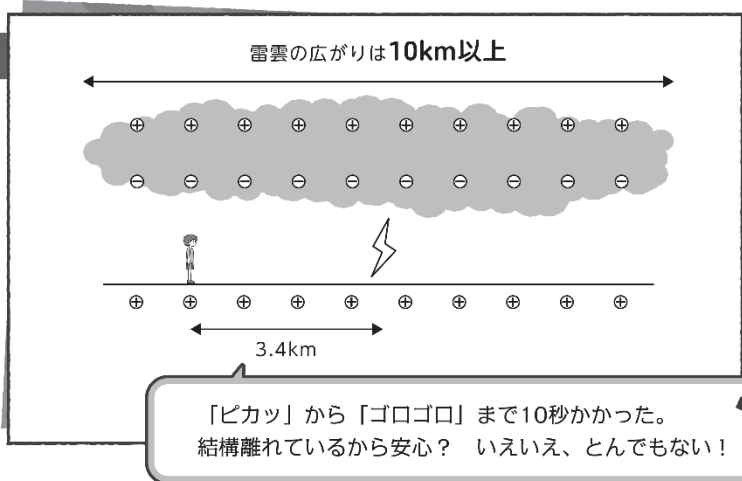
ゴロゴロと聞こえたら危険！

光と音の関係

「ピカッ」と光ってから「ゴロゴロ」と鳴るまでに10秒かかったとき、いま自分がいる場所から雷が落ちた場所までは約3.4km離れている計算になります*。歩けば1時間くらいかかる距離なので、結構離れていますよね？ でも要注意！

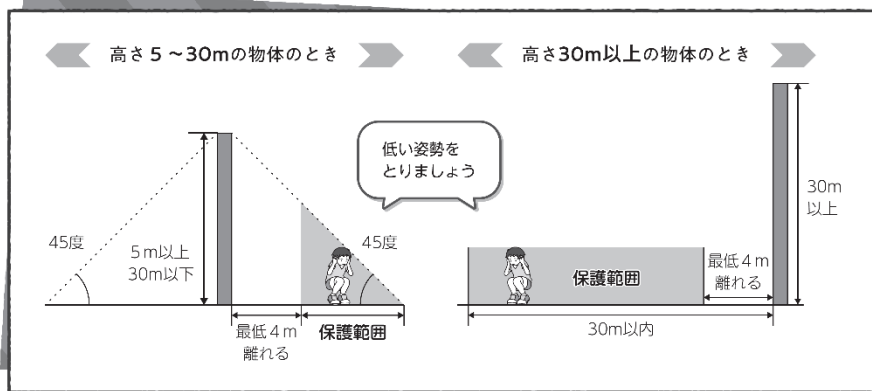


雷雲は数km～10km程度、横に大きく広がっています。音が聞こえたときはすでに頭の上に雷雲があり、すぐに落雷を受ける危険があるかも！



安全な場所を知っておこう

屋内に避難できないときのために、5m以上の高さの物体を利用した比較的安全な「保護範囲」への避難についても知っておきましょう。



安全な場所と危険な場所は？

安全な場所
コンクリート製の建物や乗用車の中

危険な場所
樹木、電柱、家の軒下など



近くで落雷に遭った人がいたら…！



すぐに救急車を呼びましょう。呼びかけたり肩を叩いても反応がなく、通常の呼吸を感じられない場合は、ただちにAEDの要請と心肺蘇生法（一次救命処置）の開始を。



意識の確認の際、呼びかけるだけでなく、肩などを軽く叩きましょう。落雷によって鼓膜が損傷し、声が聞こえない可能性があるからです。



心臓が止まってしまった場合は、重度の障害を残す可能性があります。すぐに一次救命処置を行い、脳を保護することが重要です。

日本各地の落雷リスクを

60分後まで予測し、リアルタイムで公開

遠足や野外授業の前にチェックを！

気象庁
「雷ナウキャスト」

雷ナウキャスト
気象庁「ナウキャスト（雨雲の動き・雷・竜巻）」をクリック

日本気象協会
「雷レーダー」

雷レーダー
日本気象協会「雷レーダー（実況）」をクリック

*音速を約340mとして計算していますが、気象条件により変わります。また、光の速さはあまりにも速いため（秒速約30万km）、計算からは除外しています。