

まだまだ暑い日が続きます。
水筒・タオルは必ず持ってきてみましょう。

長かった夏休みも終わり、2学期がスタートしました。しっかり学校モードに切り替えられましたか？
2学期は、1年生の夢ワーク、2年生の水上自然教室、全校で行う体育祭や合唱コンクールなど、行事がたくさんあります。

一人一人が、自分の持ち味を生かして活躍できるように、毎日の健康管理をていねいに行い、健康に過ごしましょう。



まだまだ暑い日が続いています

熱中症予防のため、必ず水筒を持参してください



9月になっても、連日 35.0℃以上の猛暑日が続いています。

登下校や体育の授業などで、体を動かすとたくさんの汗をかきます。汗を拭くタオルと、水分補給のための飲み物は、必ず持参して登校してください。

新型コロナウイルス感染症が再び流行しています

国立健康機器管理研究所(JIHS)の調べによると、8月17日までの1週間で国内の新規感染者は2万2288人に上がった。感染拡大の一因になっているのが「ニンパス」という俗称でも呼ばれる新変異株「NB.1.8.1」の台頭だ。

JIHSによると、7月には解析した全国の感染者のうち、81.4%からこの新変異株や系統腫が確認されている。

これまで流行したウイルスとは特段、重症化するリスクは変わらない一方で、感染力がやや強い特徴を持つとしている。

症状として顕著なのが激しいのどの痛みがあるという。【8月25日 産経新聞より】

感染症対策の基本



●健康観察

- 発熱・喉の痛み・咳などの症状があるときは、自宅で休養、または受診してください

●手洗いの徹底

- 登校時、トイレの後、体育の後、給食前は、必ず石けんで手を洗いましょう

●換気を必ず行う

- 教室は、常時、対角線状に窓をあけましょう

●咳エチケット・マスクの着用

- 咳が出る時は、必ずマスクをしましょう

●規則正しい食事と睡眠

- 規則正しい生活習慣で、体力と抵抗力を高めましょう

お知らせ

保護者の方へ

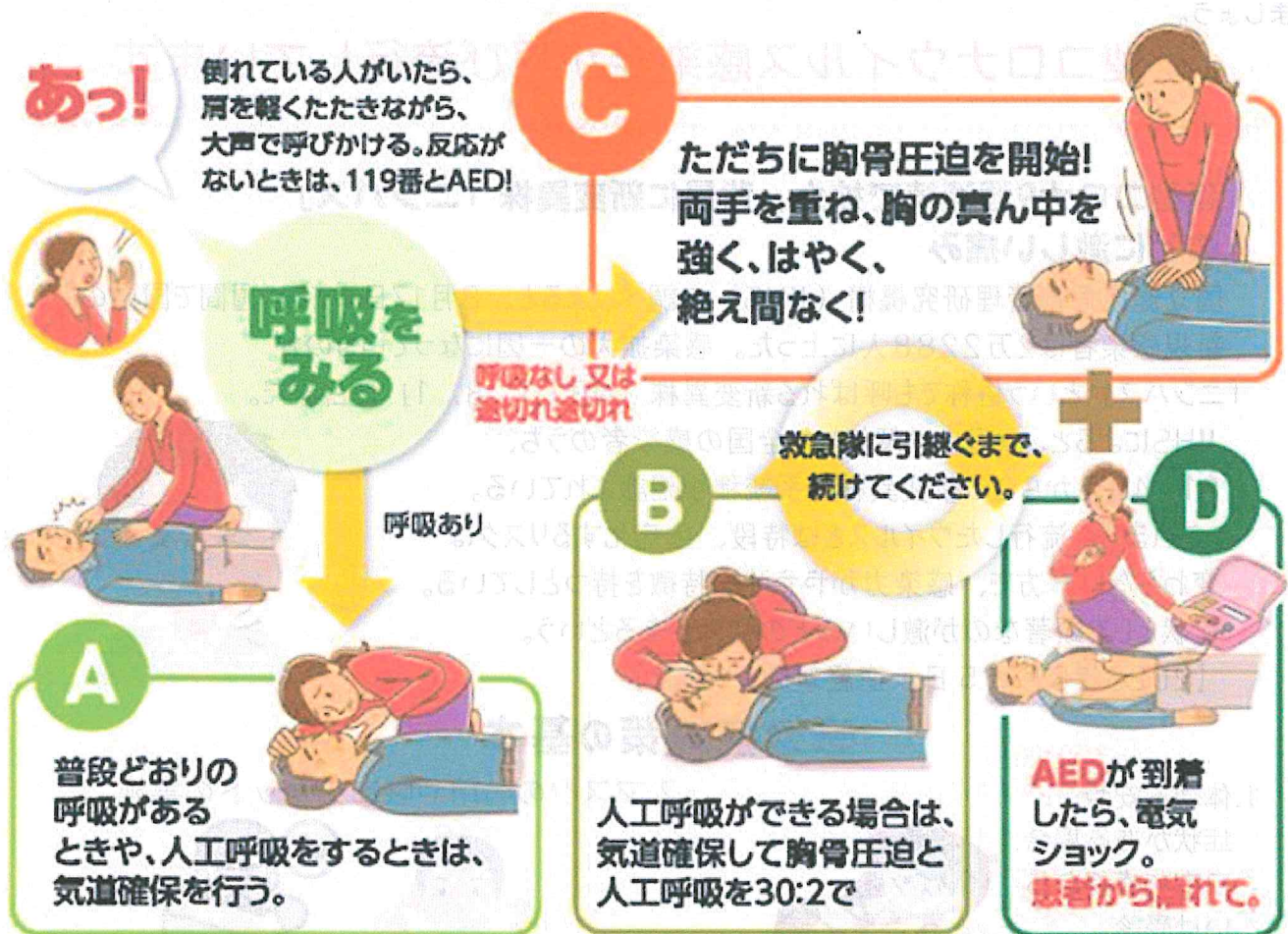
9月1日(月)、発育測定時間に生徒各自のGIGAパソコンで、生活習慣(就寝時刻・朝食・運動・学習・ICT機器の利用時間)や夏休み中のケガや病気に関する内容について調査を行いました。夏休み中のケガや病気などについて、心配なことや学校で配慮が必要なことがありましたら保健室、または担任までお知らせください。

SOS

9月9日 救急の日

あなたの家族や大切な人が倒れた時、命を救うことができますか？

心臓疾患による突然死は、皆さんで防げます！



7月18日 救急救命講習会を実施しました

先生方と運動部長が、心肺蘇生やAEDの使い方について演習しました。

体育（保健分野）でも、心肺蘇生法について学習（実習）する機会があります。ぜひ「自分の家族や大切な人の命を救う方法」についての学習（実習）を経験してください。

胸骨圧迫30回（人工呼吸2回）

胸の真ん中を強く・速く・絶え間なく押す
5cm沈む程度 / 1分間に100回～120回のペース

実際にやってみましょう

まずは、呼吸の確認



胸とお腹の動きを見ながら...
「1・2・3・4・5・6
普段どおりの呼吸なし!」
大声で言いましょう!

そして、胸骨圧迫



胸の真ん中を、ゆっくりと
30回押します!



岸川中学校のAEDは

職員玄関と
職員室に
あります

