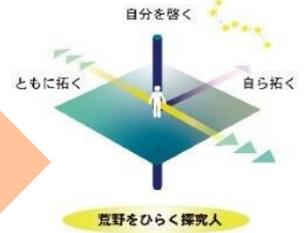


9月

保健だより

9月の
健康・環境目標

- ①けがの予防をこころがけよう
- ②防災について考えよう



✖️ 自分でできる応急手当

日頃、みなさんはどのような手当を自分でしていますか？

9月3～5日に行われた北高祭では、けがをすると比較的すぐに保健室や救護所に相談に来る人が多く、早めの応急手当で悪化を防ぐことができました。その一例を紹介します。

やけどをした



ヘアアイロンで誤ってやけど。すぐに流水で冷やした後保健室へ。授業中もアイシングを心がけた

→水泡にならず、赤みと痛みが引いた。

Good

打撲した



床に打ち付けて打撲。傷口は洗って救護所へ。すぐにアイシングし、湿布を貼った。

→腫れがひどくならず、赤みと痛みが引いた。

Good



9月9日は救急の日でした

AEDを持ってきて！
と言われたら

♥「日本全国AEDマップ」とスマホで検索

WEBの地図上でAEDの場所を探ることができる
サイトがいくつかあります。



外でAEDを 上手に探す方法

♥人が集まる場所などを探す

市役所や公民館、病院、大きな駅などにはよく設置されています。
デパートやコンビニエンスストアなどにも増えてきています。

2台
あります

本校のAEDの場所

- ①進路指導室北側2階渡り廊下
- ②体育科職員室前下足箱の中



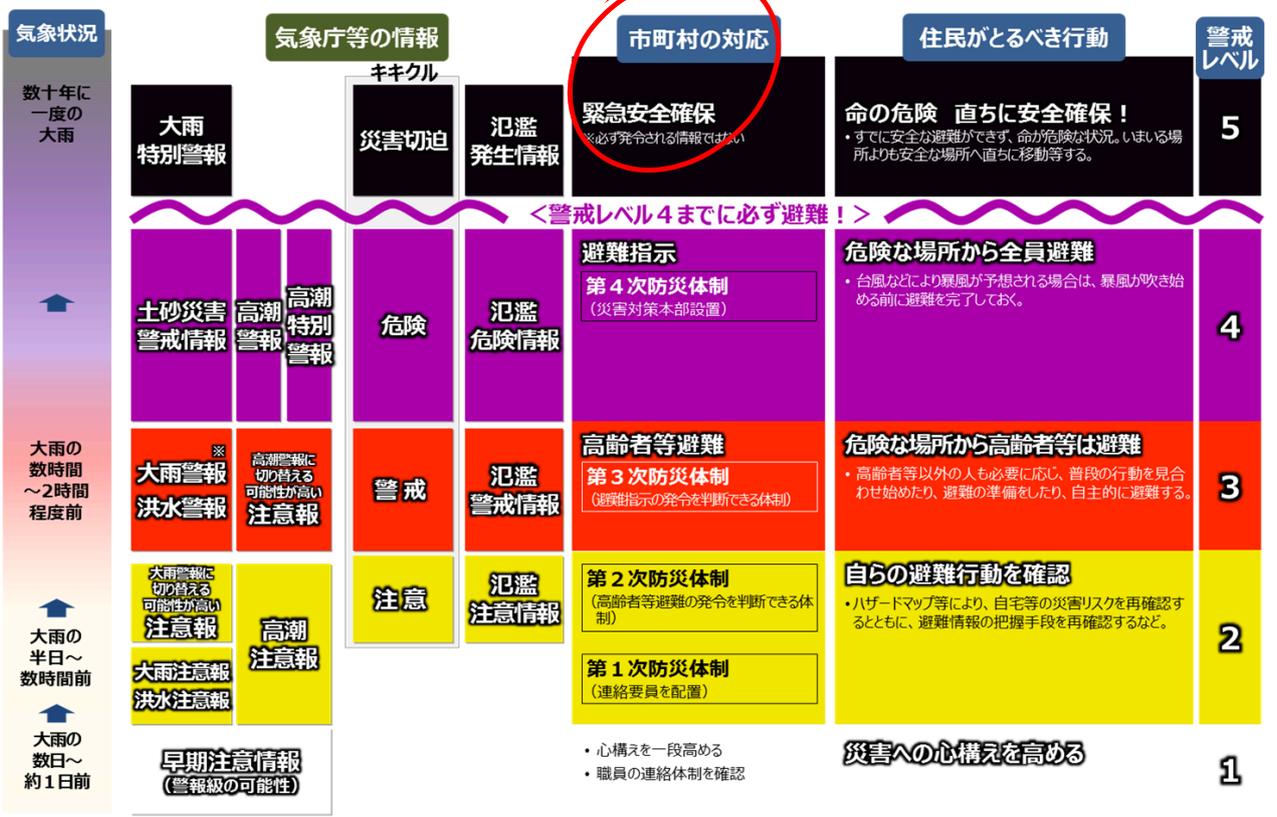
防災



9月26日に行われた命を守る訓練は、大雨浸水被害を想定しました。学校で起きた場合の想定はもちろん、自宅近くで警報が出た場合の備えもしましょう。



今年8月31日に台風10号の影響を受け大雨に見舞われた岐阜県。特に、西濃地域では河川が氾濫し浸水する地域がありました。大垣市では31日の午前11時25分に該当地区に警戒レベルで最も高いレベル5の「緊急安全確保」を出して近くの建物や自宅の2階以上、斜面から離れた場所など周囲の状況を確認し、少しでも安全な場所で命が助かる可能性の高い行動を取るよう呼びかけました。



※ 夜間～翌日早朝に大雨警報(土砂災害)に切り替える可能性が高い注意報は、警戒レベル3(高齢者等避難)に相当します。 「避難情報に関するガイドライン」(内閣府)に基づき気象庁において作成

段階的に発表される防災気象情報の活用例 出典：気象庁

右の図は、大垣市の気象警報と注意報の発令の時間と内容です。大雨警報が発表されてから数時間で河川の氾濫に至ったことが伺えます。

日頃から、気象庁や行政の情報が得られやすいように準備し、災害時や警報・注意報の発令時には早めの避難が大切です。

台風10号に伴う災害概況について

1 気象警報、注意報	
日時	警報・注意報など
8/31 03:01	大雨警報(土砂災害) 発表
8/31 04:31	洪水注意報 発表
8/31 08:28	洪水警報 発表
8/31 11:00	大雨警報(土砂災害) → 大雨警報(土砂災害・浸水害)
8/31 11:50	土砂災害警戒情報 発表
8/31 14:45	土砂災害警戒情報 解除
8/31 19:08	大雨警報(土砂災害) 解除
9/1 10:33	洪水警報 解除 → 洪水注意報
9/1 14:08	洪水注意報 解除
9/1 20:44	大雨警報(土砂災害) 発表
9/2 04:37	大雨警報(土砂災害) → 大雨注意報
9/2 16:16	大雨注意報 解除