

令和6年9月2日 八丈町立富士中学校 保健室



皆さん、夏休みはいかがでしたか？どんな過ごし方をしたのか、ぜひ話を聞かせてくださいね。

さて、いよいよ運動会に向けて練習が始まります。夏休み明けは特に、心身のコンディションづくりに苦労している様子が見られます。さらに、連日続く厳しい暑さの影響で、疲れやすくもなります。生活リズムを整え、元気に登校しましょう！

★生徒・保護者の皆様へ ～保健関係書類の提出忘れはありませんか？

- ・返信票（定期健康診断の医療受診報告）
- ・保健調査票（サインをしてお返却ください）
- ・日本スポーツ振興センター災害給付金申請 ※該当者のみ
（学校管理下で負傷し、自己負担額が1500円以上の場合に申請できます。）
該当する方には学校から申請書類をお渡しいたしますので、ご連絡ください。

★定期健康診断データ 身体測定編

学校平均を全国平均（令和4年度学校保健統計調査より）と比較をしてみました。大差がなく、皆さん順調に成長していることがわかります。

男 子		1年生	2年生	3年生
身長	学校平均	155.6cm	161.7cm	164.0cm
	全国平均	154.0cm	160.9cm	165.8cm
体重	学校平均	44.6kg	52.3kg	52.4kg
	全国平均	45.7kg	50.6kg	55.0kg

女 子		1年生	2年生	3年生
身長	学校平均	153.4cm	153.8cm	156.9cm
	全国平均	152.2cm	154.9cm	156.5cm
体重	学校平均	44.7kg	48.0kg	49.7kg
	全国平均	44.5kg	47.7kg	49.9kg

これはあくまで平均値です。
成長のスピードや大きさには、
個人差があります！

★9月9日は救急の日です！

皆さんは、けがをした人や体調が悪くなった人を見かけた時にどうしていますか？慌ててしまいがちですが、勇気あるあなたの一声や行動が医療機関までつなぎ、命を救うきっかけになることがあります。

救急の日、救急業務や救急医療に対する正しい理解や認識を深め、意識を向上させようという日です。皆さんも、日頃から正しい知識を身に付け、いざという時に勇気をもって声を掛けられる人になりましょう。

AEDの使い方とポイント



AED(自動体外式除細動器)は、心臓がけいれんして血液を全身に送れない状態になった場合に、電気ショックを与えて正常な状態に戻す医療機器です。手順は音声メッセージで案内されるので、それに従えば簡単に操作できます。

2枚のパッドを傷病者の胸に貼る(胸の右上と左下側。貼る位置はパッドにもイラストで示されている)

周囲の人は、AEDが解析をしている最中や電気ショックボタンを押すときには、傷病者に触れずに離れる



AEDが電気ショックが必要と判断した場合は、周囲の人が傷病者に触れてないことを確認し、電気ショックボタンを押す

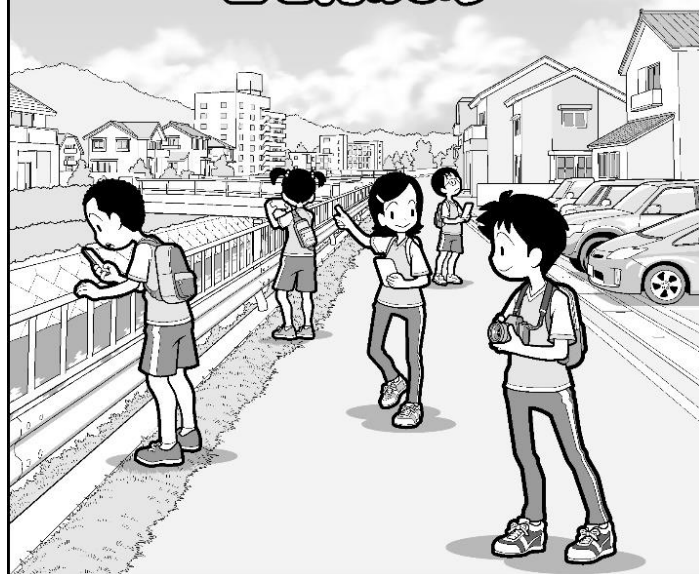
電気ショックが必要かどうかはAEDが自動的に解析してくれる

富士中のAEDは
1階の職員玄関にあります

命を守るために

地域の防災・危険箇所に

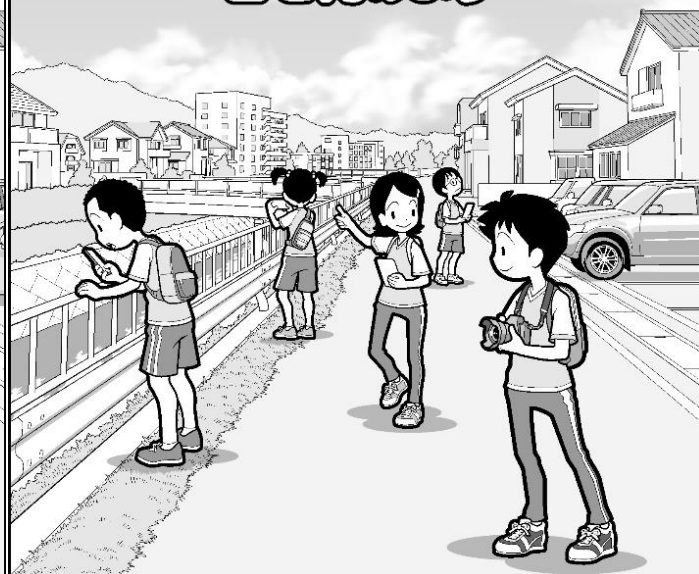
目を向けよう



命を守るために

地域の防災・危険箇所に

目を向けよう



それぞれ 7つ の まちがい を探してみてね！