



三木市立豊地小学校
令和4年1月7日
保健室
おうちの人と読みましょう

あけましておめでとうございます。

令和4年の干支はトラ年です。「虎に翼」ということわざを知っていますか。もともと強い力や勢いのある人にさらに力が加わることを意味しています。「鬼に金棒」などと同じ意味を表します。



令和4年の目標は立てましたか。今年も感染症対策をしながら、「虎に翼」の元気な体を作って、目標達成に向けてがんばってくださいね。応援しています。

かんき ぼうかんたいさく 換気と防寒対策

今年の冬も、感染症対策をしながら防寒対策をしていきます。防寒とは寒さをふせぐことです。家からできる防寒対策はできていますか。

かんき 換気

○学校では、常時（いつも）窓を開けています。

○気候によっては、窓を閉めるときもありますが、そのときは、

授業中に短時間、窓を開けたり、休み時間ごとに窓を開けたりします。



ぼうかんたいさく 防寒対策

○授業中に寒い場合は、ジャンパーなどを着ましょう。

○それでも寒い場合は、座布団やひざ掛けを使ってもいいです。

○カイロは家から持って来てもいいですが、見せないようにしましょう。

○手袋とネックウォーマー（マフラー）は、ロッカーに入れておきます。

○首・手首・足首から温かい空気が逃げます。シャツを

工夫するなどして、温かい服装を心がけましょう。時々、

シャツが出ている人がいます。シャツはしっかりズボン

（スカート）の中に入れてみましょう。



勇気を持って

12月14日に、三木市消防本部から消防の方をお招きし、6年生がAEDを使った心肺蘇生法講習会を受講しました。病气やけがなどで心臓と呼吸が止まってしまった人に対して、早く助けるための方法をみんな真剣に実施しました。
(詳しくは、豊地小学校のホームページをご覧ください。こちらから→)



AEDってどこにあるか知っていますか？

AEDとは、倒れている人を助けるための機器です。音声メッセージで電気ショックの手順を教えてくれるので、一般の人でも使うことができます。



学校では、**保健室**にあります。町では、交番や駅・コンビニなどに置いてあることが多いです。出かけたときにAEDがどこにあるか、見つけてみてはいかがでしょうか。



6年生の感想より

- ☆人を助ける方法を知ることができて良かったです。
- ☆もし、人が倒れていたら、今日学んだことを活かして、勇気を持ってやってみたいです。
- ☆今まで、テレビやドラマとかで見たことはあるけど、やったことがなかったので新しく知ることができて良かったです。もし、自分ができなくても、誰かを呼んで一緒に人を助けたいです。
- ☆心肺蘇生法をすることは、大切だと知っていたけど、詳しく知らなかったなので、今日、詳しく学べて良かったです。
- ☆やり方は、なんとなく知っていたけど、胸のあたりを押すスピードは知らなかったなので、今日、知ることができて良かったです。

消防署の方より

☆もし、誰もいなくて一人のときでも、まず、119番通報をして、救急車が来るまでがんばってください。そのうちに人が通るかもしれません。AEDがなかったとしても、胸を押すことがとても大切で、押すことにより助かる可能性が高くなります。人が倒れていたときは、何もしないで放っておくことが、一番ダメなことなので、勇気を出して動いてください。

