



ほけんだより 9月号



●9月9日は『救急の日』です！

あおぞらルーム

応急手当は何のためにする？

放っておいても治るのに、なんで応急手当をしなきゃいけないの？と考えたことはありませんか？やけどをしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押さえて下を向く。こうした応急処置は、ケガや病気を治すための大事なはじめの一步です。

すぐに正しい手当をすれば、ばい菌が入ってひどくなるのを防いだり、痛みが減ったりして、早く治ることもつながります。もしやり方を間違える、何もしないなどとすると、もっとひどくなってしまうこともあります。

「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分の体を守るためにも応急手当を覚えておきましょう。



●9月1日は『防災の日』です！

似ているけどちょっと違う

「安心」と「安全」

安心：気にかかることなく心が落ち着いていること

安全：危険を受ける心配がないこと

安心は「気持ち」、安全は「状態」という違いがあります。

もしものときに備えて防災リュックを用意すると「安心」できますが、これだけでは「安全」とは言えません。家具が倒れてこないように固定する、高いところに割れやすい物を置かないなど、災害対策を考えましょう。

9月1日は防災の日。災害はいつ起きるかわかりません。

安心・安全な行動ができるよう、ご家族で話しあってみてく ださいね。



AEDを持ってきて！
と言われたら

外でAEDを 上手に探す方法

♥「日本全国AEDマップ」とスマホで検索

WEBの地図上でAEDの場所を探すことができる

サイトがいくつかあります。



♥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。