

ほけんだより9がっ

平成 29 年 9 月 5 日 東大阪支援学校

保健室

9月の保健行事

日程	行事	対象者
6日(水)	発育測定	生活課程
7日(木)	内科検診	中3・普3・生2泊行事前検診
8日(金)	発育測定	小学部
	学校薬剤師による飲料水質検査	
11日(月)	発育測定	中学部
13日(水)	発育測定	普通課程
14日(木)	整形外科健康診断	希望者
21日(木)	内科検診	小6・中3泊行事前検診
	歯みがき教室	生活課程1年

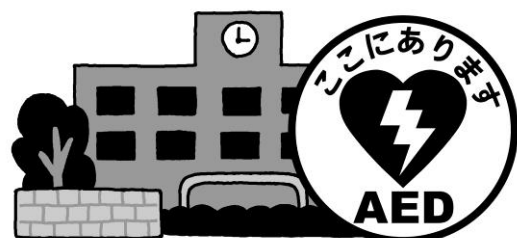


AEDは、けいれんを起こして血液が送れなくなった状態（心室細動）の心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。

現在、一般にも使用が認められており、駅や学校、大型商業施設、公共施設などに広く普及されています。

お子さんやご家族がよく行かれる場所の設置状況について改めてご確認いただければと思います。

本校のAEDは・・・
保健室前と体育室
にあります！



9月1日は防災の日

災害被害を減らすための『備え』は何か起きる前の予測や準備が重要なポイントです。

本校の取り組み		
名称	内容	更新頻度
非常用持出袋	個人の食料品や必要なものを学校で備蓄する	年3回（毎学期）
災害時における緊急連絡及び児童生徒の引き継ぎカード	在校時、震度5弱以上の地震があった際に児童生徒を学校で一旦保護し、その後来校した保護者に引き継ぐ	年1回（年度末）

ご家庭でもどのような『備え』ができるのか、一度話し合いをしてみてください。
今回は、食糧備蓄の方法の一つとしてローリングストック法を紹介します。

食料備蓄、効率的に～ローリングストック法～



災害時の最優先事項のひとつに、食料の確保があります。日頃の備えが欠かせませんが、たとえば保存食にしても「何がどれくらいあるか」「食べ方は」「消費期限は」と、災害時にすぐ役立つためには、定期的なチェックも必要です。

そこで、普段から少し多めに食料を買っておき、使った分だけ新しく買い足していくことで、一定の量を常に備蓄しておく方法があります。これを「ローリングストック法」と言います。消費と補充を繰り返すことで鮮度を保ち、内容を把握しやすくなるほか、日常と災害時の食生活を近づけることにもつながるのです。なお、ポイントは『一番古いものから消費する』『使った分は直後に補充する』です。

また、ローリングストック法は食料以外にも応用できます。ウェットタオル・ティッシュ、カセットボンベ、乾電池、使い捨てカイロなどは同様に一定の量を家庭に常備しつつ、定期的に消費・補充を繰り返していれば、突然の災害にも対応しやすくなりますね。



