



今年も残すところ2週間程となりました。この1年を振り返ってみるといろいろな出来事がありましたね。世界でも、日本でも、我が校でも、そしてみなさん一人ひとりにも…。悲喜こもごもの経験・体験を重ね、それぞれの胸中に去来した思いはこれからの人生に影響を与えることと思います。この1年で得たことを大切に、2019年を迎えましょう。

## インフルエンザ流行の兆し！

広島市内でインフルエンザの患者数が増加しています。しっかりと予防し、元気に冬休みを迎えましょう。

インフルエンザは出席停止の対象となります。インフルエンザと診断された場合は必ず担任に連絡してください。登校する際には「学校感染症等治癒通知書（治癒証明書）」が必要になります。「学校感染症等治癒通知書」は学校にあります。本校のHPからもダウンロードできます。医療機関にある「治癒証明書」でも構いません。

\*「学校感染症等治癒通知書（治癒証明書）」は医療機関によっては発行に料金がかかることがあります。また、提出できない場合はその旨を担任に連絡してください。

### インフルエンザ予防5大原則！

- ① **健康管理**: 栄養をとり、ゆっくり休む
- ② **適度な湿度を保つ**: ウィルスは湿度の低い環境が大好き！
- ③ **石鹸で正しい手洗い**\* アルコール消毒も効果あり
- ④ **人ごみへの外出を控える**
- ⑤ **咳エチケット**
  - ・咳やくしゃみの出る人は正しい方法でマスクを着用する
  - ・咳やくしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむける
  - ・使ったティッシュは蓋付きのゴミ箱に捨てる

### インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



※1 発症日翌日を1日目と数えます。  
※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。  
※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能	登校可能	登校可能
3日間	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能	登校可能
4日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能	登校可能
5日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	解熱	解熱	登校可能

## 救急法講習会を行いました！

12月10日（月）に各部活動の代表・保健委員の代表を対象とした救急法講習会を行いました。日本赤十字社広島県支部の指導員：井山慶信先生をお招きし、2時間かけて心肺蘇生法とAEDの使い方を学びました。



実際の現場では高校生の力がとても重要です。



部活動代表としてがんばりました！

実際に学校のAEDを取りに行きました。



回復体位の練習もしました。



保健委員長の感想  
講習会に参加して、人が倒れている時、どのように判断すればよいか学びました。もし、今後そのような場面に遭遇したら積極的に行動したいです。

### 心肺蘇生とAEDを用いた除細動の手順

- ① 周囲の状況の観察（二次災害の危険）
- ② 全身の観察
- ③ 反応（意識）の確認
- ④ 協力者を求める  
119番通報・AEDの依頼
- ⑤ 呼吸の確認 → ありの場合 気道確保し、回復体位にして観察  
↓  
なしの場合
- ⑥ 胸骨圧迫30回
- ⑦ 気道の確保・人工呼吸2回  
\*胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す
- ⑧ AEDの電源を入れ、音声メッセージに従う
- ⑨ 救急隊に引き継ぐまで、または普段どおりの呼吸や目的のある仕草が認められるまで続ける

美高にはAEDが2台あります。場所は下記の2箇所です。



事務室前



体育準備室前



緊急事態に遭遇した際、適切な応急手当を実施するためにも、日頃から応急手当に関する正しい知識を身に付けておくことが大切です。