



山形県立
寒河江工業高等学校
保健室
令和8年9月2日

この夏は、例年より暑さが落ち着いているように感じますが、引き続き熱中症には十分注意しましょう。今月号のテーマは「**応急手当の方法・防災食について**」です。ぜひご覧ください！



★応急手当の方法

ケガをしたときは



切傷

清潔なガーゼで押さえる



捻挫

動かさない、冷却する



擦り傷

水道水でよく洗う



やけど

水道水でよく冷やす



目にゴミが入った

水に顔を付けてまばたきする

知っておこう！

AEDを見つけるコツ

いざというとき、命を救うための処置は時間との勝負。AEDをなるべく早く見つける方法を紹介します。



AEDのステッカーを探す

設置施設は、入口などの目立つ場所にステッカーを貼っています。施設の人に「AEDはどこですか？」と尋ねると案内してもらえます。



「AEDマップ」を使う

日本救急医療財団公開のウェブサイト「AEDマップ」を使うと、地図上で近くのAEDを探せます。設置施設の名前や住所も表示されます。



もしもの時に備えて、普段から設置場所を知っておくことも大切。学校や駅、お店など、身近な場所のAEDを探してみてくださいね。



作成:M2 保健委員

