



夏休みが終わり、2学期が始まりました。ちょうど1年前の頃はデルタ株が流行していました。現在は、過去最大の感染者数を更新するほど感染力が強いオミクロン株に置き換わっています。様々な変異株が出現しても、予防対策の基本は最初の流行から全く変わっていません。これまで通りの予防対策を行い、毎日の体調管理に努めましょう。



3回目ワクチン接種の効果と必要性について

ファイザーやモデルナのワクチン2回接種は、従来型やデルタ型には非常に高い感染発症予防効果がありますが、オミクロン型には効果が弱く、持続時間も短いことから3回目接種を勧められています。3回接種は2回接種に比べると、デルタ株ウイルスの発症を6分の1に、オミクロン株の発症は3分の1に押さえるということが外国の論文により報告されています。また、3回接種後3か月以内の効果は、発症に対しては65%程度、入院に対しては90%程度であるとされています。

学校での集団感染を防ぐために ～保護者の方へ～

2学期も引き続き、下記の場合は登校を控えたり、事前に学校に連絡や相談の電話をくださるよう、ご理解とご配慮をよろしくお願いいたします。

- 1 本人や家族に風邪症状（発熱、のどの痛み、せきなど）がある場合
- 2 本人や家族がPCR検査を受けた場合
- 3 本人や家族が濃厚接触者になった場合
- 4 その他、登校に際し、不安や心配がある場合

応急手当について知ろう！



【 応急手当の目的 】

① 命を救う

応急手当の一番の目的は、生命を救うこと、すなわち「救命」にあります。応急手当を行う際は、命を救う「救命処置」を最優先します。

② 悪化を防ぐ

応急手当は、けがや病気を治すのではなく、それ以上、悪化させないための処置です（保健室での処置も応急手当です）。傷病者の症状や訴えを十分に観察して必要な応急手当を行います。治療を受けるまでの一時的な処置です。

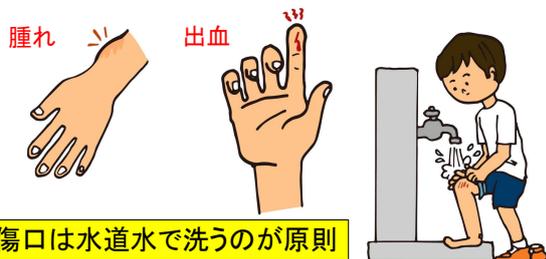
③ 苦痛をやわらげる

傷病者は、心身ともにダメージを受けています。できるだけ苦痛を与えない手当を心がけるとともに「大丈夫ですよ」「すぐに救急車が来ます」など、励ましの言葉をかけて安心させることも応急手当になります。

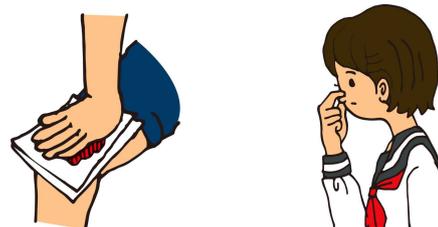
【 基本の応急手当 】

けがの手当

部位、種類、程度を観察



止血の方法



傷口をガーゼやハンカチなどで直接圧迫

鼻血の場合には、鼻の上部を強くつまむ

みなさんがよく経験するけがには、すり傷、切り傷、打ぼく、ねんざ、鼻血などがあります。すり傷は、よく水で傷口を洗うことが大切です。血が出ている場合はあわてずに傷口をきれいなガーゼやハンカチ、タオルなどでしっかりと押さえると血を止めることができます。鼻血の場合は、鼻をしっかりと強くつまんで、口で

息をします。鼻を冷やすと血管が縮んで血が止まりやすくなります。

捻挫や打撲にはRICE法 (安静、冷却、圧迫、挙上)

Rest(安静)



Icing(冷却)



Compression(圧迫)



Elevation(挙上)



打ぼくやねんざの場合は①安静（動かさない）、②冷やす、③圧迫する（包帯を巻く）、④高く上げる、の4つが処置の基本です。これらの4つの処置により、痛みやはれが抑えられて、早い回復につながります。4つの処置の英語の頭文字をつなげてRICE（ライス）法と呼ばれているので、覚えておきましょう。

