

○倒れている人がいたらどうしますか？ ～救急法（AED）講習会～

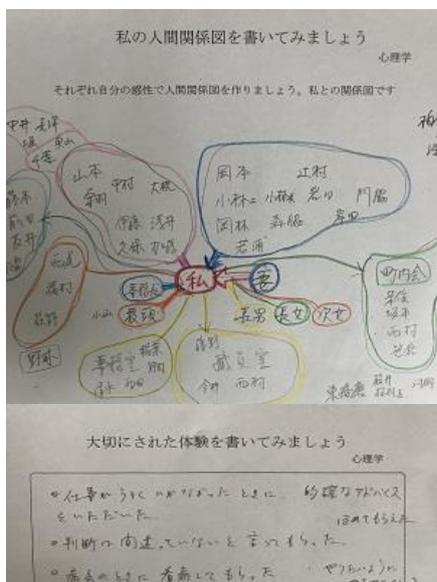


7月9日(火)期末考査最終日の午後、八鹿病院から3名の看護師の方をお招きして、救急法の講習会を行っていただきました。各部活動から選出された40名の生徒と教員が2班に分かれ、AEDを用いた心肺蘇生の基本技術と「あっぱくん」を使った胸部圧迫の実習と熱中症の予防について研修しました。

AED使用法のポイント、胸部圧迫の強さ、声を張って人を呼んだりAEDを操作したりすることなど、丁寧にご指導いただきました。生徒もペースメーカーやネックレスをつけている人への対応など質問していました。1分間に100～120回のペースで胸部圧迫を2分も続けるとへとへとになりました。「みんなで助ける」こともポイントでした。ところで、本校のAEDはどこにあるか知っていますか？

緊急時にいち早くAEDが届けられるよう確認しましょう。1分で10%蘇生率が下がります。大切な人を救うために行動が起こせる生徒、教員でありたいと思いました。

○私の人間関係図、大切にされた体験 ～カウンセリングマインド研修～



7月8日(月)午後、スクールカウンセラーの梶高先生にカウンセリングマインドの研修会を行っていただきました。今回は、自殺予防の観点から、「私の人間関係図」と「大切にされた体験」を書くというものでした。書くことを通して、生徒は多くの人とつながっていることや、大切にされた体験を思い出します。そのことで、自分を見つめなおすことができるということです。また、それらを人に伝えることでさらに深まっていくとのことでした。私もたくさんの人にお世話になっていることや、大切にいただいていることを再確認することができました。ありがとうございました。