2019 年度

保健だより 9 月

徳島市立高校　保健室

防災の日・救急の日

防災の日…9 月 1 日

昭和３５年（１９６０年）６月 11 日の閣議で制定

“広く国民が台風・高潮・高波・地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する”

（由来）大正 12 年９月１日発生の「関東大震災」

※この時期は台風の襲来も多いとされ、災害への備えを怠らないようにという戒めも込められている。

救急の日･･･9 月 9 日

昭和５７年（１９８２年）制定

“救急業務及び救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識高揚を図る“　（総務省）

☆バイスタンダー（救急現場に居合わせた人）

救急隊到着までの数分間にバイスタンダーが行う救急処置がその後の生存率を左右するといわれている。

日頃から応急処置や救助に対し、関心を持つことが大事でしょう。

「そばにいる　あなたが　最初の救急隊」

（東京消防庁　平成２９年度・３０年度　救急標語）

＜防災時の心理＞

災害が発生した時、人はどのような心理状態に陥るのでしょうか。

☆イギリスの心理学者ジョン・リーチ博士の研究　によると

１　落ち着いて行動できる人＝10～15%

２　我を失って泣き叫ぶ人＝15%以下

３　ショック状態に陥り呆然として何もできない状態になってしまう人＝70～75%

２や３のような状態に陥った時は、「こういう場合は～をする」といった、その状況ごとの知恵や知識を持っておくだけで、安全な決断や行動がとれるようになっていくそうです。

また、「凍りついた状態に陥っている人が近くにいた場合、体を揺すったり、大きな声で話しかけたりしてそのフリーズを解いてあげることも大切」と説いています。

参考にしてみてくださいね(^^)。

年生の保健委員作成のコーナーを掲載します。ぜひ，読んでくださいね。