

夏休みが終わり、2週間弱が経ちました。久しぶりに始まった学校生活と長引く残暑で、疲れが溜まっていることと思います。

今月は名川秋まつり、部活動の新人戦、就職試験、第2回考査など、行事が盛りだくさん。その日の疲れを翌日に持ち越さないよう、生活リズムの見直しと体調管理の徹底を心がけましょう！

9月9日は「救急の日」！

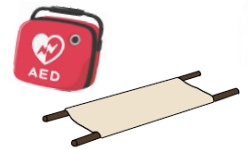
みなさんは、本校のどこに **AEDと担架** があるか知っていますか？

名久井農業高校には、

- AED → 「職員玄関前」と「第1農場の管理室内」
- 担架 → 「保健室前の廊下」

にあります。

みなさんが毎日通っている場所にあるので、いざという時に使用することができるよう、それぞれの保管場所を確認しておきましょう。



夏休み明け、身長・体重が 気になる人は保健室へ！

身長と体重は、保健室でいつでも測ることができます。夏休みの間に変化があったかもしれません。

気になる人は、ぜひ休み時間や放課後など空いた時間を使って来てください。



「受診勧告書」の提出を！

健康診断の結果、受診の必要がある人には「受診勧告書」を夏休み中に配布してあります。受診した人は、「受診勧告書」を担任または保健室に提出してください。

夏休み中に行けなかった人は、早めに受診しましょう。

夏休み明け「やる気が出ない」、「しんどい」と感じる人がいるかもしれません。しかし、決して自分だけではありません。まだ本調子ではないだけ！

「いきなり全力」より「小さくスタート」がおすすめです。困ったとき、しんどいとき、周りにSOSを言えば第一歩。保健室でも力になります🌀



本校に 献血バスが来ます！ ～400ml 献血のご協力をお願いします～

献血は、病気の治療や手術などで血液を必要としている患者さんの“尊いいのち”を救うために、自ら進んで血液を提供する“身近なボランティア”です。



- ▶ 日にち 10月16日(木)
- ▶ 時間 13:15 ~ 15:15
- ▶ 対象者 2・3年生

※ 授業は「公欠」となります

採血量	200ml	400ml
年齢	16 歳以上	男性:17 歳以上 女性:18 歳以上
体重	男性:45kg 以上 女性:40kg 以上	男女 50kg 以上

400ml 献血

にご協力いただいた方には・・・

お菓子のプレゼント

があります♪

Q

献血ってどうして必要なの？

A

- ◎ 血液を必要としている患者さんが、たくさんいる！
⇒ 例えばこんな時に・・・
 - がん ■ 白血病 ■ 血友病 ■ 手術 ■ 出産
- ◎ 血液は“人工的につukれない”“長期保存ができない”！
- ◎ 一人あたりの献血の回数・量には制限がある！

多くの人の
協力が必要！

Q

200ml 献血もあるのに、どうして400ml 献血をお願いするの？

A

輸血を受ける患者さんの負担が軽くなるからです！

- ◎ 人間一人ひとりの血液は、たとえ血液型が同じでも微妙に違ってきます。そのため、複数の献血者の血液をあわせて一人の患者さんに輸血するほど、副作用(発熱、発疹など)発生の可能性が高くなります。
⇒ 少ない献血者からの輸血を可能にし、安全性を高める献血です！
- ◎ 現在、医療機関から依頼を受ける赤血球製剤の約96%は 400ml献血から作られます。200ml献血から作られている赤血球製剤は、約4%と大変少ない状況です。



その一歩が、誰かの一生になる！！