



▲全体説明

12月の予定

2日(月)~5日(休) 2学期末考査  
 11日(休) ふるさと企業紹介講座 (1・2年生)  
 20日(金) 2学期終業式  
 22日(日)~1月13日(月) 冬季休業  
 ※12月27日(金)から1月5日(日)まで学校閉庁日となります。

1年生が救急救命を学びました!

11月13日の午前中、本校体育館で1年生全員を対象に、五城目町消防署の署員4名を講師に迎え「救急救命(AED・心肺蘇生法)講習会」を実施しました。生徒たちは救命の手順、胸骨圧迫、人工呼吸、AED使用、喉の異物除去などについて、動画を用いた説明を聞き、3班に分かれて胸骨圧迫とAED使用の実習を行いました。



AED実習

胸骨圧迫実習

【講習会の感想】

- ◆□□ □□(1年B組)  
 胸骨圧迫のやり方が最初はうまくできなかったが、署員の方に教えてもらってできるようになりました。もし倒れている人がいたら、講習会で学んだことを生かして救命をがんばりたいと思います。
- ◆□□ □□(1年A組)  
 救急救命では、息をしているように見えても死戦期呼吸の場合があることを忘れないようにしたいと思います。(死戦期呼吸とは、心停止の人がわずかに呼吸するが実際には呼吸ができていない状態)
- ◆□□ □□(1年A組)  
 救急車が来るまでに心臓マッサージやA

EDを行うことで、何もなかった場合よりも2倍以上助かる確率が高くなるということがわかりました。危ない場所にいる場合など、いろいろな状況で人が倒れていることを想定することも重要だと思いました。

【講師の方へのお礼の言葉】

- ◆□□ □□(1年A組)  
 救急救命講習会を行ってくださり、ありがとうございました。このような機会がなければ心肺蘇生を学習することはなかったと思います。この体験を忘れないように定期的に復習したいと思います。いざという時に迷わず行動ができるような自分になりたいと思いました。

五城目高校ホームページ: <http://www.gojome-h.akita-pref.ed.jp/>

これからもお元気で **元気に長生き!**



町で100歳と90歳を迎えられた方をご紹介します ※掲載を希望しない方は、お祝いに伺う際にお知らせください。

長年にわたり町政に貢献

□□□□さん(富田)  
 大正13年生まれ



10月25日、□□□□さんが満100歳の誕生日を迎えられました。五城目町役場の職員として長年職務に励んできた□□さん。退職後は、土地家屋調査士や行政書士、五城目町議会議員などを歴任されてきました。  
 好きな言葉は「誠者、天之道」。現在は、2人の子とも4人の孫に囲まれて楽しい毎日を過ごしているそうです。  
 長生きの秘訣は、「自然のままに生きていくこと」と話していました。

スポーツが健康の秘訣

□□□□さん(新畑町)  
 大正13年生まれ



10月20日、□□□□さんが満100歳の誕生日を迎えられました。富津内地区に生まれた□□さん。孫やひ孫に囲まれながら、仲良く暮らしているそうです。  
 趣味のゲートボールは、最近まで30年ほど続けており、全国大会への出場経験があるほどの腕前だったそうです。現在は、大相撲観戦が楽しみとのこと。  
 長生きの秘訣は、「スポーツで体を鍛えること」と話していました。

編み物が趣味

□□□□さん(広青苑)



手先が器用なことが自慢で、編み物が趣味だという□□さん。好きな食べ物は焼きそば、演歌をはじめとした歌を聞くことが日頃の楽しみだそうです。  
 長生きの秘訣は、「悩み事を抱えないこと」と話していました。

国民健康保険・後期高齢者医療保険のお知らせ

町健康福祉課 (☎852・5107)

●マイナンバーカードで受診できます

マイナンバーカードに健康保険証の利用登録をされている方は、マイナンバーカードで医療機関や薬局が利用できます。町内の医療機関や薬局、湖東厚生病院は、すべてマイナンバーカード(マイナ保険証)による資格確認ができますのでご利用ください。

●マイナンバーカード(マイナ保険証)をお持ちでない方

12月2日(月)以降も今お持ちの保険証は、記載されている有効期限まで利用できます。また、今後お届け予定の資格確認書で保険診療を受けられますのでご安心ください。

●マイナンバーカードへの健康保険証利用登録を希望される方

スマートフォンや医療機関等のほか、町住民生活課(☎852・5112)または、町健康福祉課(☎852・5107)でも登録できます。



国民健康保険・後期高齢者医療保険にご加入の方

町健康福祉課 (☎852・5107)

人間ドック・脳ドック費用の助成申し込みは12月27日(金)まで

■申し込み

医療機関へ人間ドック等を予約した後に、受診されるご本人が保険証をお持ちになり、町健康福祉課へお申し込みください。

ごじょうめの文芸

一短歌一

ナナカマド真つ赤なつぶつぶテレビ映え八幡平の全国放送  
 西磯ノ目 小玉 明子

新米の送られてきぬ有り難く今朝の御飯つやめきうまし  
 古川町 小濱 キエ

背を伸ばし腕振り進む散歩道  
 岡本 大石 政子

収穫後の田を夕日包みぬ  
 湯ノ又 畑沢タマ子

一俳句一

この畑に色良く咲いて菊贈  
 湯ノ又 畑沢タマ子

季移り床軸換えし柿一つ  
 上高崎 館岡 絢

秋晴れや力士と共にちやんこ食ぶ  
 畑沢タマ子 本間 恵子

一川柳一

米不足知るとおかわりしたくなる  
 脇乙 いたう由海

美しい未来に汗は惜しまない  
 西野 佐藤ちずる

人間の弱いところに神がいる  
 長町 齋藤すすむ

頑張った汗に女神が降りてくる  
 館町 細田 陽炎