



夏休みが明けました。みなさんにとって充実した夏休みとなりましたか？  
長期の休み明けは、疲れがたまりやすく、「なんだかしんどいなあ」と感じる  
かもしれません。毎日の疲れを残さないように、しっかり体調管理に努めま  
しょう。

### 夏休みの間、困ったことはありませんでしたか？

- 健康面で気になることがある
- 夏休み中の登下校または部活動でケガをして病院を受診した

その他、気になることがある場合は、保健室までお知らせください。

### 健康診断の日程



#### 耳鼻科検診 全学年、事前調査票より抽出

- ① 9月17日(火) 13:25~
- ② 9月24日(火) 13:25~

#### 眼科検診 1年生、事前調査票より抽出

- ① 9月26日(木) 13:30~
- ② 10月31日(木) 13:30~



救急車を呼んで！  
と言われたら

# 救急要請マニュアル



一般的にはこんなことを聞かれます。イメージしてみましょう。

### 1 「119」とダイヤルして 電話をかける



スマホからでもOK。固定電話からかけると市外局番から大体の場所がわかるのでさらにスムーズです。

### 2 まずは落ち着いて



ゆっくり話すことを意識しましょう。必要なことは、電話口で聞いてくれます。

### 3 救急であることを伝える



### 4 来てほしい場所(住所)を伝える



わからないときは近くの大きな建物や交差点の名前などを伝えましょう。スマホの地図アプリを開いて現在地を長押しすると、座標(現在地を示す番号)や建物名などを確認できます。

### 5 具合が悪い人の 年齢を伝える



大体の年齢(何才くらいに見える)を伝えるのも大丈夫です。

### 6 自分の名前と 連絡先を伝える



救急車が迷ってしまったときなどに電話がかかってくる場合があります。