



令和6年9月9日(月)
三沢高等学校 保健室

朝の健康観察のお願い

8月中旬から全国的に新型コロナウイルス感染症が流行しています。登校前には、引き続き検温や健康観察を行ってください。その結果、熱があったり、体調がいつもと違うと感じたりするときには、無理せず自宅で休養することや、通院することが推奨されています。新型コロナウイルス感染症の出席停止期間は次のとおりです。自分自身の健康と周囲の人の健康を守ることができる行動を考えていきましょう。

新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

基準 発症した後五日を経過し、かつ、
症状が軽快した後一日を経過するまで出席停止

 発症
症状あり
  症状が
軽快
  症状
軽快後
  登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
							
							
							
							
							

【新型コロナウイルス感染症】

- ※1 発症日翌日を1日目と数えます。
- ※2 発症から5日を経過しても症状が軽快してから1日を経過しなければ登校はできません。
- ※3 **発症から10日を経過するまではマスクの着用**が推奨されています。

HPV ワクチンのキャッチアップ接種について

HPV ワクチンの積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した方に対し、キャッチアップ接種の機会が令和7年3月31日まで提供されています。

青森県健康医療福祉部保健衛生課より、以下について通知がありましたのでお知らせします。

〔通知文より抜粋〕

HPVワクチンのキャッチアップ接種(平成9年度から平成19年度生まれ)及び定期接種の高校1年相当(平成20年度生まれ)の対象者については、今年度が公費で接種できる最終年度となります。

15歳以上の女性は、合計3回の接種が必要であり、年度内に公費での接種を完了するためには、令和6年9月中に1回目を接種する必要があります。

お住まいの市町村から「HPVワクチンのキャッチアップ接種」の通知がお手元に届いていると思いますのでご確認ください。

ない ない は
体とこころのピンチ!?

やる気が出ない

何をしても楽しくない

ごはんがおいしくない

体や心のSOSサイン
かもしれません。

ウンチが出ない

9月・10月スクールカウンセラー来校日

9月17日(火) 13:00~16:00
10月 9日(水) 13:00~16:00
10月30日(水) 13:30~16:30

※相談を希望する生徒は、担任か保健室までお知らせください。

※保護者の方もご利用いただけます。スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーとの相談をご希望の際は、担任か保健室までご連絡ください。

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



火事ですか？
救急ですか？

救急です

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



70才くらいの
女性です

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に電話がかかってくる可能性があります。

AEDを持ってきて！
と言われたら

外でAEDを 上手に探す方法

♥「日本全国AEDマップ」とスマホで検索

WEBの地図上でAEDの場所を探すことができる
サイトがいくつかあります。

日本全国AEDマップ

♥人が集まる場所などを探す

市役所や公民館、病院、大きな駅などにはよく設置されています。
デパートやコンビニエンスストアなどにも増えてきています。

ちなみに

本校のAEDの場所は

- ①体育館渡り廊下
- ②生徒・職員玄関前廊下
- ③野球場



「Live119 映像伝送システム」 を知っていますか？

7月に行われた「避難訓練」と「救命講習会」で、三沢市消防署の方から、上十三消防指令センターで令和6年4月1日から「Live119 映像伝送システム」が開始したことが紹介されました。導入により、通報者が落ち着いて適切な応急手当ができたり、管制員が効果的なアドバイスができたりする効果が見られているそうです。

ショートメッセージ(SMS)を
消防から送信

SMSに記載のURLから
Live119を起動

注意事項の確認とマイクなどの
使用許可を行い、撮影開始！



📞 119番通報をつないだまま

『Live119 映像伝送システム』とは、通常の119番通報に映像を加えることで、より正確な情報をリアルタイムに伝えることができる新しいサービスです。

通報者が撮影する災害現場の映像を消防指令員がリアルタイムに確認したり、消防指令員から応急手当を実施いただくための映像を送信するなど、迅速な現場活動に役立てています。
119番通報の際、消防指令員が必要と判断したときに、Live119を利用した映像伝送のご協力をお願いすることがあります。

※映像送信にかかる通信料金が通報者側に掛かりますので、ご理解とご協力をお願いします。