

ほけんだより 9月

あいかわちょうりつづがわらしやうがっこう
愛川町立菅原小学校
れいわ ねん がつ かほつこう
令和5年9月15日発行
ようごきょうの
養護教諭

ひがくられるのがはやくなり、よるはすずすず、なつのおわりを感じますね。9月は、夏の疲れや生活リズムの変化から、体調を崩しやすくなります。教室の座席によってはクーラーの風が当たってしまうため、体調にあわせて脱ぎ着できるよう、羽織るものをご用意いただけたらと思います。

「その場でしゃがむ！ だんごむしの姿勢！」



9月7日の業間休み、学校中にサイレンが鳴り響きました。児童には伝えずに行った、避難訓練です。廊下や外にいる児童に、教員が大きな声で「その場でしゃがむ！ だんごむしの姿勢！」と叫ぶと、子どもたちはすぐにその場で頭を守り、低い姿勢になりました。事前指導が生きた瞬間でした。

9月1日は 防災の日

「学校で」「お家で」「出かけた先で」「一人の時に」地震が起きたら？ 火事が起きたら？と、色々なシチュエーションを想定しておくことはとても大切です。ぜひこの機会に、ご家庭でも話題にしてみてください。

ミッション1 「ハザードマップ」を確認しよう！

ハザードマップでは洪水や土砂崩れなどの危険がある箇所を確認できるため、安全に避難するためのルートを考えてたり、通行止めの可能性がある道を予測したりするために使います。

重ねるハザードマップは住所を入力するとその地点の災害リスクが調べられるため、おすすめです。

ミッション2 家にある「防災グッズ」を確認しよう！



せっかく防災グッズ（非常用持ち出し袋）を用意していても、中身が使用できなければ意味がありません。懐中電灯やラジオなどの電化製品の状態を定期的に確認することをおすすめします。また、レトルト食品や飲料水の賞味期限を確認することも忘れずに！！

ミッション3 「連絡がとれなかったら？」を話し合おう

災害が起きた時、必ずしも家族と一緒にいるとは限りません。また、災害時は、電話がつながりにくくなるのが想定されます。家族との待ち合わせ場所や、連絡方法などを話し合い、決めておきましょう。

お子さんは、お家の方の電話番号が言えますか？ 何かあったときにどこからでも連絡ができるよう、

覚えておけると安心ですね。