

# ほけんだより 9月

令和6年8月30日

横浜市立山内小学校

## 9月1日は防災の日です

1923年の9月1日に関東大震災が起きたことから、この日を「防災の日」と決め、全国各地で防災訓練が行われています。自然災害は、いつ、どこで起こるかわかりません。この夏休みには南海トラフ地震臨時情報が発表されました。いのちを守るという視点で、身のまわりを見直してみましよう。

### 避難場所と避難経路

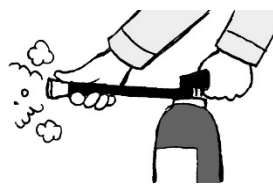
☆家の近くの避難場所はどこですか？  
☆避難場所にはどの道を通って行きますか？木などがたおれて通れなくなることも…近道だけでなく、回り道も調べておきましょう。

### 家族との連絡のとり方

☆住所・電話番号・家族の名前は言えますか？  
☆災害用伝言ダイヤルの番号は**171**です。音声案内にしたがって使います。

### 消火器の使い方

- ①安全ピンを引き抜く
- ②ホースを火元に向ける
- ③レバーを強くにぎる



### 準備しておきたいもの

一次持ち出し品：避難するとき、すぐ持ち出す必要最低限の備えで、最初の1日をしのぐもの。



水、そのまま食べられる非常食、懐中電灯、携帯ラジオ、現金、救急医療品(持病の薬含む)、生活用品など。

二次持ち出し品：救援物資が届くまでの数日間を過ごすためのもの。避難後、安全を確認してから自宅に戻り、持ち出す。水や食糧は少し多めに。

### あるとよい物：

- ・レジャーシート(保温や雨除け)
- ・充電電池、携帯電話用充電器
- ・カセットコンロ

大きな災害を家族だけの力で乗り越えることはとても困難です。防災訓練などに積極的に参加して、日ごろから地域とのつながりを作るように心がけましょう。

## 保護者の方へ

- 夏休み中、お子さんの健康状態の変化や気になるところがありましたらお知らせください。また、緊急連絡先の変更等についても、早めにお知らせ願います。
- 健康診断の結果を受けて受診された方は、『受診報告書』をご提出ください。病院での記入に文書料が必要な場合は、保護者の方が記入してください。

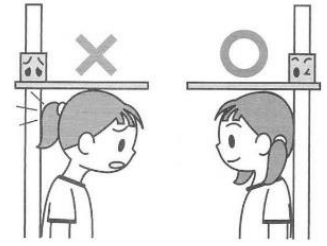
はついくそくてい

# 発育測定をしています

たいいくまき おこな ひ にちはがくねん かくにん  
体育着を着て行きます。日にちは学年だよりで確認してください。

あたま うえ かみ け むす ほ に いて える  
頭の上で髪の毛を結んでいたり、ポニーテールにしたりしていると、

しんちよう せいかく はか ふた わ け け むす  
身長が正確に測れません。二つに分けて結びましょう。



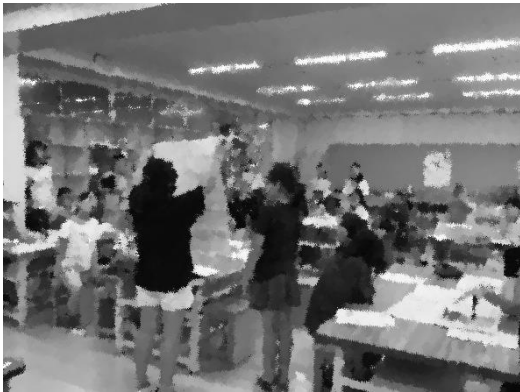
## 第一回学校保健委員会 報告

がつ にち げつ だい かいがっこうほけんいいんかい おこな てえま あんげんだいいち しやう  
7月1日(月)に第1回学校保健委員会を行いました。テーマは「安全第一!やまうち小」です。6  
がつちゆう かくくらす あんげん がっこう がっこう あんげん がっこう  
月中旬に各クラスでも「安全な学校ってどんな学校?」「みんなが安全に学校にすすむために、クラスで  
どんなことに取り組むか?」を話し合ってもらいました。今回は4年生以上のクラス代表の人たちが、  
こうない いくつかのばしょのしやしん み おこり そうなけがやそのよぼうについて考えるグループワークを  
しました。

- ・鼻降口は中休みが混み合う。
- ・ろうかの見通しが良くて、走りたくなってしまふ。
- ・あめの日はすべることがある。
- ・階段でジャンプしている人がいる。



話し合った結果をグループごとに発表しました。



- ・みぎがわつうこう こころ みぎひだり  
右側通行を心がける。右左をわかりやすくする。
- ・ろうかの床にシールなどで「歩いて」と貼る。
- ・かんばん つく お  
着板を作って置く。
- ・じかん ころどう  
時間によゆうをもって行動する。

グループでの話し合いの記録は保健室前の廊下に掲示しています。ぜひ見てください。

学校ではたくさんの方がいっしょに生活しています。みんなが安全に過ごせるように、思いやりをもって、一人ひとりが少しずつ気をつけましょう。

