

土曜日の地域防災訓練はお疲れさまでした。マスクをして、とても暑かったですが、みんなしっかり取り組んでくれたと思います。後で、区役所の方と地域の方とお話をしました。みんな礼儀ただしんですね。とおほめの言葉を頂戴して、先生もとてもうれしかったです。

- ① 想定にとらわれない（予想外と思わない）
- ② 率先避難者であれ（まず、自分の身を守ることを考える）
- ③ 状況下でベストをつくせ（できることを精一杯やる）

この三つは防災を考えるうえで、大切なことなので、覚えておいてください。

また、区役所の方の講話で最後に二つしてくださいね、といわれたことがありました。覚えていますか？

一つ目は非常持ち出し袋など、いざという時の準備をしっかりしておいてください、ということでした。災害が起こってから準備したのでは遅いので、日頃から備えておくことが大切です。

二つ目は実際に災害があって避難しなければならない時に家族でどこに集まるかを話し合っておいてください、ということでした。まだ、おうちの人とお話ができていない人はこういった機会でないとなかなか話をしないと思うので、必ずしておいてくださいね。

少し、暑さがやわらぎましたが、まだまだ暑い日が続くので、油断していると熱中症になります。今週も早目にお茶やお水を飲むようにしましょう。あと、運動場で遊ぶときには、必ず帽子をかぶるようにしてください。