

2学期が始まりました。夏休みの間、すこしても体を休めることはできましたか?まだまだ暑い日が続きます。しっかり睡眠と食事をとって、残りの夏を乗り越えましょう!

9月1日は防災の日

日本は自然災害の多い国です。この夏休みの間に、地震や台風などの災害で不安を感じることもあったと思います。この機会に一度、災害が起きたときどのように行動するべきか確認し、日ごろから備えるようにしましょう。

避難場所や災害時の行動について
家族や友人と話しておきましょう。



災害はいつ、どこで起こるか分かりません。

家にいるとき、外出をしているとき、一人のとき、だれかと一緒にいるとき、いろんな場面を想定して、どのように避難するのか考えておきましょう。

防災グッズの用意や確認をしておきましょう。

(例)

飲料水・食糧 貴重品 救急用品 マスク 軍手
懐中電灯 モバイルバッテリー 携帯ラジオ 衣類
下着 携帯トイレ 毛布 タオル ウェットティッシュ など



自分に必要なものは何か考えて用意してみましょう!!