

ほけんだより

令和4年9月1日発行
うえだこども園

朝夕は過ごしやすくなってきましたが、日中はまだまだ暑い日もあります。体調管理に気をつけていきましょう。

9月1日は『防災の日』台風、津波、地震等の災害に対処する心構えを準備する日です。ご家庭でも、もしもの時に慌てないように準備しておきたいですね。

防災に備えよう

避難場所や避難経路は確認していますか？

非常用品は備えていますか？もしものとき、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。また、定期的に中身のチェックをし、水や食料品など、期限切れの物が入っていることのないようにしましょう。

9月9日は救急の日

救急用品の点検を

- 滅菌ガーゼ
- 三角巾
- 包帯
- ばんそうこう
- 脱脂綿
- 綿棒
- はさみ
- 体温計
- とげ抜き
- ピンセット
- 熱冷まし用シート
- ポリ袋
- ポケットティッシュ
- 消毒薬、外傷用薬品 など

ご家庭に救急箱の用意はありますか？

いざというときにすぐ取り出せるよう、必要な物をそろえておくと安心です。ときどきは中身をチェックして、期限の切れた薬品の入れ替えや、よく使う物の補充などをしておきましょう。

もしものときの連絡手段を確認しておきましょう

家族間の連絡手段

●災害用伝言ダイヤル(171)

地震などで電話がつながりにくくなったときに利用できるサービスです。NTTで提供しており、毎月1日と15日には体験利用ができるので、使い方をチェックしておきましょう。各携帯会社でも災害伝言板サービスを行っているところもあります。

●SNS など

電話よりつながりやすい場合があるので、連絡用のSNSを決めておくと安心です。

LINE, Twitter
Facebook ……

遠方の親せきや友人を介した連絡手段

災害時、その地域内にいる家族同士で連絡がとれなくても、遠隔地とならつながる場合があります。遠くに住む親せきや友人の連絡先を家族で共有して、相手には非常時にメッセージを託せるよう、お願いしておくとう安心です。