

ほけんだより



令和7年9月
枚方市立交北小学校
NO.5

「天高く、馬肥ゆる秋」という言葉があるように、秋の空は高く感じるそうです。その理由は空気に含まれる水蒸気やチリが少なく、雲が高い位置に浮かぶからです。一方で水蒸気が少ない分空気が乾燥するので、風邪をひきやすくなる時期でもあります。空を見上げて秋を感じたら、こまめに水分補給したり、マスクをしたり、風邪対策をしてください。



救急車は110番? 119番?
救急車は119番! 「あれ? 消防車も119番だよな?」と思ったあなた! 大正解! 119番に電話すると「救急ですか? 消防ですか?」と聞かれます。緊張すると思いますが、落ち着いてお話ししたら大丈夫。電話を受け取ってくれた人は、必ずみんなの力になってくれます。



自分の命を守るため、周りの人を危険な目にあわせないためにも、必ずルールを守りましょう



「いつか」のために、**今**できること

地震、台風、大雨など災害はいつ起こるかわかりません。「まだ大丈夫」と思っているうちに災害が起こり動けなくなることもあります。だからこそ大切なのは、日頃からの備えです。

自分の家からの避難場所を確認

「どこに逃げるのか」「どうやって行くのか」を知っておくだけで、い



ざというときに落ち着いて行動できます。

家族会議を開く

もしものときの連絡の取り方などを家族で話し合っておきましょう。日頃から考え行動することが、命を守る力になります。

家庭で非常用持ち出し袋の用意

水や食料など、最低限でも準備していれば自分や家族を守れます。避難時にすぐ手に取れる場所に置きましょう。

—— 「いつか」のために、「今」できることを始めてみませんか? ——

7月~10月は一年の中で台風など大雨による災害が多くなる時期。正しい知識と行動で、自分の命を守る可能性が上がります!



AEDや非常口の場所を覚えておこう



自転車、のこんな乗り方をしていませんか

自転車でも危険な運転は、自分や周りの人のケガ、命の危険につながることも。



イヤホンをつけて運転

スマホを使いながら運転



傘さし運転



無灯火運転

交通違反をしてしまったら、車など同じように罰金を払う必要もあります。正しい運転を心がけましょう。