

## 熱中症も対象になります！

夏休み期間中、部活動や登下校中にケガや病気をした人はいませんか？学校にかかわる活動でのケガ・病気は日本スポーツ振興センターの災害給付の対象になります。

熱中症も、学校に関わる活動によるものと認められれば、給付の対象になりますので、担任・部活動顧問など、受傷場面に関係する職員にお知らせください。

1学期の定期健康診断後、受診や治療が済んだものがありましたら、各通知にて指定された用紙の提出をお願いします。用紙等を紛失した場合は、eメッセージや生徒を通じての連絡でも構いません。

持病の定期受診や大きな手術等を受け、学校生活等での配慮事項などに変更があった際は、担任・養護教諭等にお知らせください。



新学期の始まりです

元気に過ごすヒミツは朝にある！

### おはようチャレンジ

	①カーテンを開けて太陽の光を浴びよう 脳が目覚めます
	②歯みがきをしよう 起きてすぐと、朝ごはんのあとの2回できたらベスト
	③朝ごはんを食べよう 一日のエネルギーをチャージ
	④朝うんちを習慣づけよう 朝ごはんを食べると腸の活動が高まります

チャレンジするには朝に時間が必要です。余裕をもって早起きしましょう。

## 魔の時間帯に注意！



交通事故が多い時間帯があるのを知っていますか。それは17時～19時台の間。時期によっても違いますがだいたい「夕暮れ時」と言われる頃です。塾など、習い事の帰りの時間と重なると思います。

この時間帯は太陽が沈み、だんだん暗くなっていきます。目がその変化についていけず、車の運転手が歩行者などを見逃してしまうため事故が多くなるようです。

でも、事故にあいにくくするためにできることがあります。

交通ルールを守る

白など明るい服装で出かける

反射材やライトをつける

危ない行動をせず、運転手に自分を見えやすくするのがポイントです。自分を守る行動をしていきましょう。



# 『171』災害用伝言ダイヤルを体験しよう！

災害によっては、ネットが繋がらない・・・という状況が起こりえます。そんなとき、家族の安否の確認の手段の1つとしてオススメなのが、『171（災害伝言ダイヤル）』です。災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。詳しい使い方については、N T T東日本のホームページを確認してみてください。



171は、いつでも利用できるわけではありません。災害時以外では、体験利用日が設定されています（下記日程参照）。ぜひ、家族で体験してみてください。大内中の電話番号で、メッセージを録音しました。興味のある人は、再生してみてください。

## <体験利用日>

- ・毎月1日,15日 00:00~24:00
- ・正月三が日（1月1日00:00~1月3日24:00）
- ・防災週間（8月30日9:00~9月5日17:00）
- ・防災とボランティア週間  
（1月15日9:00~1月21日17:00）



ただ  
正しく  
つか  
使えて  
いますか？

## モイストヒーリング用の絆創膏

傷が早くきれいに治ると言われている、傷口を乾かさないためのハイドロコロイド素材の絆創膏。便利ですが、使い方によっては危険もあります。

### 汚れたまま貼るのはNG

傷口はきれいに洗ってから貼りましょう。汚れが残っていると、菌が繁殖してしまうことも。



### 端が剥がれてきたら貼り替える

おうちで貼ってきた絆創膏が剥がれているのを時々見かけます。端が一定以上剥がれると菌が入って感染の危険も。



### 2歳以下の乳幼児は対象外

乳幼児に対しての安全性は確立されていません。使用するのは3歳以上になってから。



### ★モイストヒーリング用の絆創膏の対応について★

大内中では、モイストヒーリング用の絆創膏は準備していません。御家庭で処置したものがはがれてしまった場合や、浸出液が多い場合などは、その上からガーゼを当てたり、通常の絆創膏への交換で対応します。