

生徒指導だより

第3号

青森県立青森第二養護学校

令和4年12月23日発行

いのち まも

命を守る3つのポーズ

12月の全校朝会でお話があった【命を守る3つのポーズ】について、児童生徒が実際にポーズをとった様子とともに詳しくお知らせします。

【命を守る3つのポーズ】とは、大きな地震が起きたとき、自分の命を守るために落ちてくる本や小物、小さな破片、煙などから身を守るためのものです。

冬休み明け、さまざまな状況を想定した避難訓練の実施が予定されています。地震はいつどこで起こるかわかりません。いざという時に落ち着いて行動することができるように【命を守る3つのポーズ】をご家族で確認してみてください。

◎周りに机があるときには、 サルポーズで身を守る。

1. 机の下にもぐって頭を守る
2. 両ひざを床につけて机の脚の上の方を持つ
3. 脚が4本あれば斜めに持つ
4. 机が大きくて腕が届かない場合は、机の脚のひとつを両手でしっかりと持つ



◎周りに机などがいないときには、 ダンゴムシのポーズで頭を守る。

1. 大きな危険にお尻を向ける
2. ひざと足の甲を床につける
3. 両手で頭を守る



◎地震の後に火事が起きたときには アライグマのポーズで避難をする。

1. 姿勢を低くする
2. ハンカチまたは服で、口と鼻をおさえる

たのしくおど ひなんこうどう まな
楽しく踊りながら避難行動を学ぶことができる「さるさる
サンバ」…ご家族でチャレンジしてみてください。

しゅってん けいおうぎじゅくだいがく
出典：慶応義塾大学SFC

ほうさいしゃかい けんきゅうしつ
防災社会デザイン研究室

じよせつさぎょう 除雪作業

12月に入り、積雪のある日が多くなりました。朝のスクールバスが安全

に駐車できるように高等部の生徒が駐車場の除雪を行っています。登校してきた児童生徒もとても歩きやすそうです。

