



## 市内一斉避難訓練

南海トラフ地震等、大きな地震が起こる可能性が高いと言われています。その際に被害を最小限に食い止めるためには、日頃からの備えが重要です。地震や津波が発生した際の対応の方法を確認するため、11月2日に市内一斉避難訓練を実施しました。

一次避難として机の下に潜り、頭部を守る訓練を行いました。その後、二次避難として運動場への避難、人員確認の訓練を行いました。訓練の最後に、校長から「2011.3.11を経験した釜石市民より、未来のあなたへ 10のメッセージ」を紹介しました。ぜひご家庭でも、いざというときの行動について話し合ってみてください。

### 2011.3.11を経験した釜石市民より、未来のあなたへ 10のメッセージ

(釜石市HPより)

- 1 大きな揺れや長い揺れを感じたら  
あなたは、とにかく  
高いところへ  
逃げてください
- 2 たとえ過去の津波が  
いま、あなたのいる  
場所まで来たことがなくても  
あなたは逃げてください
- 3 100回逃げて、100回来なくても  
101回目も必ず  
逃げてください
- 4 あなたが率先して逃げれば  
多くの人の避難を促し  
命を救うことになるでしょう
- 5 相手は自然。  
いつ、どこまでどれほど  
大きな津波が来るか  
だれにもわからないのです
- 6 家族を信じて  
みな「命てんでんこ」で  
逃げてください  
自分の命は自分で守るしかないので
- 7 地震が起きたら  
家族が別々の場所にも  
探したり  
戻ったりしてはいけません
- 8 もし、大切な人の命を守れなくても  
決して自分を  
責めないでください
- 9 やがて平穏な日常が戻ったとき  
あなたはきっと気づくでしょう  
自分は決して一人ではないことを  
多くの人に支えられて生きていることを
- 10 未来のだれかが同じ思いをしないように  
いま、あなたにできること。  
「避難を続けること」  
「備えること」  
「語り継ぐこと」



## 防災学習（2年生）

市内一斉避難訓練に続き、2年生が東海消防署の方から応急手当や搬送法について教えていただきました。災害が起こったとき、中学生も地域の一員としての行動が期待されます。いざというときに、今回学んだ知識を生かしていきましょう。



## 学校保健委員会

「いのちの安全教育」をテーマに、各教室で担任による授業を行いました。1年「命の始まりを考える」、2年「自分の心と体を守る」、3年「豊かな人間関係づくり」を主題とした学習の様子を、学校医、学校薬剤師、保護者の皆様に参観していただきました。



## 部活動交流会

新型コロナウイルス感染症によるさまざまな制限がなくなった今年度、部活動でがんばる生徒の様子を見ていただいたり、一緒に活動していただいたりする機会として、部活動交流会を開催しました。ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

