



保健だより 9月

尚絅大学・短期大学部
保健室
平成29年9月1日発行

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。夏休みはどのように過ごしていますか？実習、集中講義、就職活動…と忙しい人も多いと思いますが、それぞれ体調に気をつけながら頑張ってくださいね！この時期は、夏の疲れが出て体調を崩しやすい時期です。生活リズムを整えて、元気に新学期を迎えられるようにしましょう！



9月1日は防災の日です



9月1日は「防災の日」です。台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、それらの災害に対処する心構えを準備するためとして、昭和35年に制定されました。9月1日という日付は、大正12年（1923年）9月1日に発生し、10万人以上の死者・行方不明者を出した『関東大震災』に由来しています。熊本でも昨年4月に2度の大きな地震があり、まだいたるところに傷跡が残っていますね。

「防災の日」を機会に、自分の周囲で起こる可能性がある災害や、身の回りの危険な箇所、また避難場所や避難経路等を確認して、災害にしっかり備えましょう。

秋の全国交通安全運動

平成29年9月21日（木）から30日（土）まで、秋の全国交通安全運動が実施されます。交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けましょう！

学校生活でも身近な自転車は、道路交通法で「軽車両」とされています。交通ルールを無視した運転では、万が一、事故のときには過失割合が高くなり、数千万円もの賠償金を請求される可能性もあります。

また、最近は自転車による交通違反がより厳しく取り締まられるようになりました。スマホや傘差しなどの「ながら運転」や、ライトをつけない無灯火運転などは「安全運転義務違反」となり、

取締りの対象となります。さらに14項目設定された危険行為について、3年間に2回以上の取締を受けた場合、自転車運転者講習の受講が義務づけられます。

時間と心に余裕を持って、安全を心がけて出かけるようにしましょう。

