

防災・環境部会より

集中豪雨・台風など災害が多い時期です。令和3年10月22日の講演内容と防災危機管理課の情報を掲載いたします。参考にして頂きまして、命を守る行動を起こして下さい。(河村)

集中豪雨の危険を知っておきましょう

短時間で危険な水位になる

注意報や警報が出ない雨でも災害が発生する

下水の排水能力を超える大雨

離れた場所の雨でも影響する

このような前兆を確認したら避難しよう！

- 空が真っ黒になり、雷鳴や稲妻を確認したら建物内へ避難する
- 川の水がさがが増したり、濁ってきたらすぐに避難する
- 冷たい風が吹き出したら注意する
- 大粒の雨やひょうが降り出したら建物内へ避難する

気象庁HPより

台風への減災対策(ご近所付き合い)

傾倒や排水溝の掃除

屋根の点検

窓の点検

バルコニーの点検

雨漏りの点検

バルコニーの点検

懐中電灯(予備電池)	着替え、タオル
ライター、マッチ	救急薬品
携帯ラジオやワンセグ携帯	貴重品(公衆電話に使える10円玉も)
非常用食料	水

日本気象協会HPより

警戒レベルと避難行動

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保!
＜警戒レベル4までに必ず避難!＞			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示(注)
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難 ^{※2}	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報(気象庁)

注1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベルは必ず発令されるものではない
注2 警戒レベル3は、高齢者等10%の人も必要に応じて、自らの行動を判断し適切な避難行動を自発的に取るタイミングである(注) 避難指示は、令和3年の改正改正以前の避難指示のタイミングで発令する

避難情報に関するガイドラインの改定(令和3年5月)内閣府より

警戒レベルと避難行動

警戒レベル1
災害への心構えを高める

警戒レベル2
自らの避難行動を確認

警戒レベル3
高齢者等避難

警戒レベル4
避難指示

警戒レベル5
緊急安全確保・近隣の建物の上階に移動

安全な場所に居る人は 避難しなくてよい!

避難情報に関するガイドラインの改定(令和3年5月)内閣府より

▶ 指定緊急避難場所 (中東地区まちづくり協議会地区) ◀

- ・養治小学校・下関市武道館・勤労福祉会館・社会福祉センター・文関小学校
- ・名陵小学校・旧王江小学校・日新中学校・名陵中学校・生涯学習プラザ
- ・下関市市民広場・日和山公園・棕野町民館・本行寺 (関連施設建設中のため、使用停止中)
- ・火の山公園・幸町公園・貴船公園・一里山公園 (公園は、場所だけです)

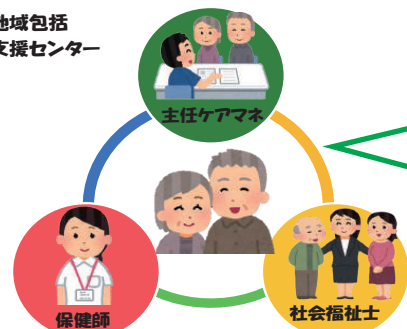
下関の防災情報アプリ、是非活用してください。

防災メール 避難所混雑情報 しもまちアプリ
しもせき緊急情報自動案内☎0180-99-8080

本庁東部地域包括支援センター

令和2年から流行し始めた新型コロナウイルス感染症ですが、流行から既に2年半が過ぎました。この間、人と人とのつながりや外出の機会が減ったことで、病気ではないが筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい虚弱な状態であるフレイルになっている方が増えています。新しい生活様式の中でフレイル対策の3つの柱である栄養(食・口腔)、運動、社会参加など介護予防に取り組むことが大切です。

地域包括支援センター



《相談例》

- 介護保険のことが知りたい。
- 一人暮らしで、今後のことが心配。もし動けなくなったら、どうしたらよいの?
- 認知症の不安が...
- 家族の介護に疲れてしまった。



高齢者の相談窓口として包括支援センターがありますので、お気軽にご相談ください。

(連絡先) TEL: 231-1943
FAX: 231-1945