

台風や大雨の季節が到来 防災情報の入手方法確認を

☎ 027-898-5935 防災危機管理課

今まで経験したことのないような大雨による洪水・土砂災害が、全国各地で発生しています。河川が氾濫した場合には何層浸水する可能性があるのか、土砂災害が起りやすい場所、自宅や学校、職場の危険性を総合防災マップで事前確認しておくことが大切です。また、最寄りの避難所を確認し、経路や移動手段についても計画しておきましょう。

● 防災情報は早めに把握
大雨の危険性が高まってきたときは、防災情報を積極的に入手しましょう。本市では、まちな安全ひろメールや防災行政無線、防災ラジオ、ホームページなどで防災情報を発信します。



平成29年の台風21号では利根川が氾濫危険水位に達し、避難対象地域に避難勧告が発令されました。

5段階の警戒レベルの導入は全国共通です。避難勧告などは、気象情報や河川の水位状況などから総合的に判断して発信します。



防災危機管理課 石井 弘希

● 5段階の警戒レベルで伝達

本年度から、災害発生の恐れの高まりを5段階の警戒レベルに分け、住民が直感的にとるべき行動が分かるように避難情報と一緒に伝達します。本市が発信する情報を警戒レベルごとに区分すると下表のようになります。警戒レベル4は、原則避難対象地域(※)の全ての人が避難を完了する必要があります。警戒レベルごとのとるべき行動を確認しておいてください。

※避難対象地域…土砂災害や浸水、洪水、家屋倒壊などにより、命を失う被害が生じる恐れのある地域

警戒レベル(状況)	本市が発信する情報	情報の伝達手段	住民がとるべき行動
警戒レベル5 (河川氾濫、土砂災害が発生)	災害発生情報	防災行政無線、防災ラジオ、緊急速報メール、本市ホームページ、テレビデータ放送、まちな安全ひろメール、ツイッター、フェイスブックなど	命を守るための最善の行動をとってください。
警戒レベル4 (気象庁が土砂災害警戒情報などを発表)	避難指示(緊急)、避難勧告	防災行政無線、防災ラジオ、緊急速報メール、本市ホームページ、テレビデータ放送、まちな安全ひろメール、ツイッター、フェイスブックなど	速やかに避難場所へ避難を。避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難してください。
警戒レベル3 (気象庁が洪水警報、大雨警報(土砂災害)を発表)	避難準備・高齢者等避難開始	防災行政無線、防災ラジオ、緊急速報メール、本市ホームページ、テレビデータ放送、まちな安全ひろメール、ツイッター、フェイスブックなど	避難に時間を要する人(高齢者、障害者、乳幼児など)とその支援者は避難を開始してください。その他の人は、避難の準備を整えましょう。
警戒レベル2 (気象庁が洪水注意報、大雨注意報を発表)	防災関連情報	まちな安全ひろメール、ツイッター、フェイスブック、気象庁ホームページなど	避難に備え、ハザードマップなどで避難行動を確認しましょう。
警戒レベル1 (気象庁が早期注意情報(警報級の可能性)を発表)	防災関連情報	まちな安全ひろメール、ツイッター、フェイスブック、気象庁ホームページなど	災害への心構えを高めましょう。

歯と口の健康大切に

成人歯科健康診査については
健康増進課
☎027・220・5708
市民歯科相談については
市民歯科相談室
☎027・232・2046

食は私たちが生きていくうえで欠かせないもの。食べるためには歯と口の健康を保つことがとても重要です。6月4日(火)から10日(月)までは歯と口の健康週間。スロージャンは「いつまでも 続けけんこう 歯の力」。永久歯を一本でも失うと日常生活に支障が出ます。歯を失う主な原因となるむし歯と歯周病は、口の中を清潔に保つことで予防できます。いつまでもおいしく楽しく食べるために、歯と口の健康づくりを日常生活の中で意識していきましょう。

● 成人歯科健康診査

歯周病は自覚症状が出にくいため気付いた時には歯を失うことも。かかりつけ歯科医を持ち、定期的に健診を受けることが大切で

救急は休日も診療

市歯科医師会休日診療所(岩神町二丁目)で救急診療を対象に休日診療します。
日時=日曜・祝日・8月13日(火)~15日(木)・12月29日(日)~来年1月3日(金)、10時~12時・13時~15時(年末年始は16時まで)
用意する物=健康保険証(中学生以下は福祉医療受給資格者証)、現金
☎ 027-237-3685

す。受診時は受診シールを持参してください。
対象=本年度中に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる人
● 市民歯科相談
市歯科医師会では市民歯科相談室(岩神町二丁目)を開設。歯科に関するさまざまな相談に乗ります。毎月第3木曜、13時から15時まで開設。申し込みは市歯科医師会事務局へ。

食育とは、生涯にわたって健康に過ごすために、食をとおして生きる力を身に付けるための取り組みです。食べることは生きることというように、毎日口に作る食べ物が私たちの体をつくり、活動源となり、病気に抵抗する力を生み出します。健康づくりのためにも食生活を見直しましょう。

食育をとおして 健康的な生活を

☎ 027-220-5783 健康増進課

● まえばし健康づくり協力店

皆さんの健康づくりを応援する店舗、まえばし健康づくり協力店の登録を実施中。飲食店、総菜製造店、スーパー、コンビニなどの店舗が、健康メニューや健康サービスを提供しています。健康メニューには、バランスやエネルギー控えめ、食塩控えめ、野菜たっぷりの4種類があり、目的に合わせて選択できます。また、健康サービスではごはん量の調整や健康情報を提供している店舗があります。

● 協力店に登録しませんか

健康メニューと健康サービスのうち、いずれかの基準を満たしていれば登録できます。詳しくは本市ホームページをご覧ください。



協力店にはいずれかの登録証を配布しています