

風水害への備えは 日ごろから

9月1日(水)は「防災の日」です。これからの季節は、台風や発達した雨雲の影響で大雨が降りやすく、毎年、全国各地で被害が発生しています。被害を最小限に抑えるには知識と事前の対策が必要です。

問い合わせは
安全安心課 ☎898-5935

本市の被害

本市にはたくさんさんの川が流れ、自然の恵みをもたらしてくる一方、水害も多く発生しています。古くから台風や雷雨による集中豪雨から発生する浸水害が多く見られ、平成9年9月の集中豪雨では、1時間の降水量が100mmを超え、400件以上の建物などに被害が発生しました。昨年からのことしにかけては大きな被害はありませんが、十分な注意が必要です。

地形に大きく左右される災害

台風には、大型で広範囲に被害をもたらすもの、小さくても狭い範囲で甚大な被害をもたらすもの、前線の活動を活発化させて大雨による被害をもたらすものなど、さまざまな種類があり

ます。また、最近ではゲリラ豪雨と呼ばれる局地的な集中豪雨があり、これは予想が非常に困難です。

風水害はそれぞれの場所の地理的な条件に大きく左右されます。河川の増水による水害や、がけ付近や造成地のように土砂災害が起りやすい場所では大きな被害が予想されるため、気象情報に十分注意して万全の防災対策を取りましょう。

台風の接近前に早めの準備を

大災害をもたらす台風の多くが9月に襲来しています。9月には日本列島に前線が停滞していることが多く、台風からの湿った南風が前線の活動を活発化させて大雨を降らせることが大きな要因の一つです。

台風や豪雨による被害は、事前の対

策で最小限に食い止めることができます。台風が遠く離れているからといって油断せず、十分な対策を立てておきましょう。

日ごろの心構えと準備

自宅近くの危険な場所と避難場所の確認を。また、非常食や飲料水、懐中電灯、携帯ラジオ、予備の電池などを準備しておきましょう。

台風が近づいたら

気象情報に注意し、できるだけ外出は控えましょう。自宅の屋根や窓などを点検し、商店などで看板がある場合は風で飛ばされないように固定を。また、浸水などの恐れがあるときは、家財道具や生活用品を高い所へ移動しておきましょう。

避難するとき

避難勧告を受けたら、危険を感じなくても速やかに避難してください。単独行動は避け、地域の人と協力し合いましう。お年寄りや体の不自由な人、病人などがいる家庭は特に早めの行動が必要です。勧告がなくても、危険と判断したら自主的に避難しましょう。避難するときは、電気やガスなど火の元の始末、戸締まりを確実に。また、行動しやすい服装で、丈夫な運動靴を履き手袋なども持ちましょう。



■結核と肺がんの集団検診

胸部（結核・肺がん）集団検診を実施。生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は無料で受診できますので、事前に健康増進課に申し出てください。

なお、検診は医療機関でも受診できます。事前に医療機関に問い合わせてください。

期日・時間・会場＝表2のとおり

対象＝40歳以上の本年度未受診者

費用＝〈胸部レントゲン検査〉500円（65歳以上は無料）
〈喀たん細胞診検査〉1,000円（70歳以上は無料）

用意する物＝健康診査受診シール

申し込み＝当日会場へ直接

表2 胸部集団検診日程		
期日	時間	会場
10月	5日(火)	水道局
	6日(水)	総合福祉会館
	7日(木)	桂萱公民館
	8日(金)	芳賀公民館
	13日(水)	上川淵公民館
	14日(木)	上川淵公民館上北分館
	15日(金)	六供町公民館
	17日(日)	前橋保健センター
	18日(月)	市役所
	19日(火)	東公民館
	20日(水)	新前橋町公民館
	21日(木)	東公民館
	22日(金)	下川淵公民館
	26日(火)	総社公民館
	27日(水)	清里公民館
	28日(木)	総社町植野公民館
11月	29日(金)	南橋公民館
	31日(日)	下細井町公民館
	1日(月)	前橋保健センター
	2日(火)	元総社公民館
	4日(木)	城南公民館
	5日(金)	永明公民館
	21日(日)	駒形会議所

元気な体を保つため 年に1度は受診しよう

問い合わせは
新さわやか健診・スマイル健康診査については
健康増進課 ☎220-5784
その他の検診については 同課 ☎220-5783

9月は健康増進普及月間・がん征圧月間。本年度の統一標語は「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」です。脳卒中や糖尿病、がんなどの生活習慣病は、その名のとおり、日々の生活習慣の積み重ねによって起こるものがほとんど。

健(検)診結果は体の通知表です。これを参考に生活習慣を見直し、体に良い生活を始めませんか。健(検)診について詳しくは健康のしおりをご覧ください。

■健康寿命を延ばそう

人生の中で支援や介護を要せずに、自立して生活できる期間が健康寿命。この寿命を延ばすには生活習慣病の予防が欠かせません。適度な運動とバランスの取れた食事を心掛け、いきいきとした毎を送りましょう。

■健(検)診は年齢や性別ごとに

病気は早期発見・早期治療することで治癒率がアップします。そのために、年に1度は健(検)診を受診しましょう。詳しくは表1のとおりです。

表1 健(検)診一覧	
新さわやか健診	40～74歳の国保加入者、後期高齢者医療加入者、40歳以上の生活保護受給者など
スマイル健康診査	本年度18～39歳になる人
胃がん検診	
大腸がん検診	40歳以上の人
胸部(結核・肺がん)検診	
子宮がん検診	20歳以上の女性
乳(甲)がん検診	40歳以上の偶数年齢の女性、41歳以上の奇数年齢の女性で前年度未受診の人
前立腺がん検診	50歳以上の男性
骨粗しょう症検診	本年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性
歯周疾患検診	本年度中に30・40・50・60・70歳になる人
肝炎ウイルス検診	本年度40歳になる人、41歳以上で肝炎ウイルス検診未受診の人

各種情報の活用を

■メールサービス

本市では「まちの安全ひろメール」により、気象警報などの情報を配信しています。maebashi600001@once.88island.jpへ空メールを送信し、登録手続きをしてください。右図のQRコードを使うと便利です。



■防災気象情報

気象庁からは、大雨・洪水警報、注意報など身近な気象情報のほかに、河川水位情報や土砂災害警戒情報などの防災情報が提供されています。これらの情報を有効に活用し、災害を未然に防ぐとともに、自分の身は自分で守る「自助」に結び付けてください。

詳しくは問い合わせるか、気象庁ホームページhttp://www.tokyo-jma.go.jp/home/maebashi/をご覧ください。

問い合わせは 安全安心課 ☎898-5935

問い合わせは 前橋地方気象台 ☎231-1404