

# 9月1日は「防災の日」

◆問い合わせ 総務課

市では地域防災計画を策定し、防災関係機関の協力のもと、災害に強いまちづくりを進めています。しかし行政だけでは十分ではありません。

災害発生時には、自分の生命・財産は自分で守るという「自助」意識が重要です。そこに地域住民同士が助け合う「共助」、国や府、市の防災機関の「公助」が連携して、被害を最小限にすることが出来ます。

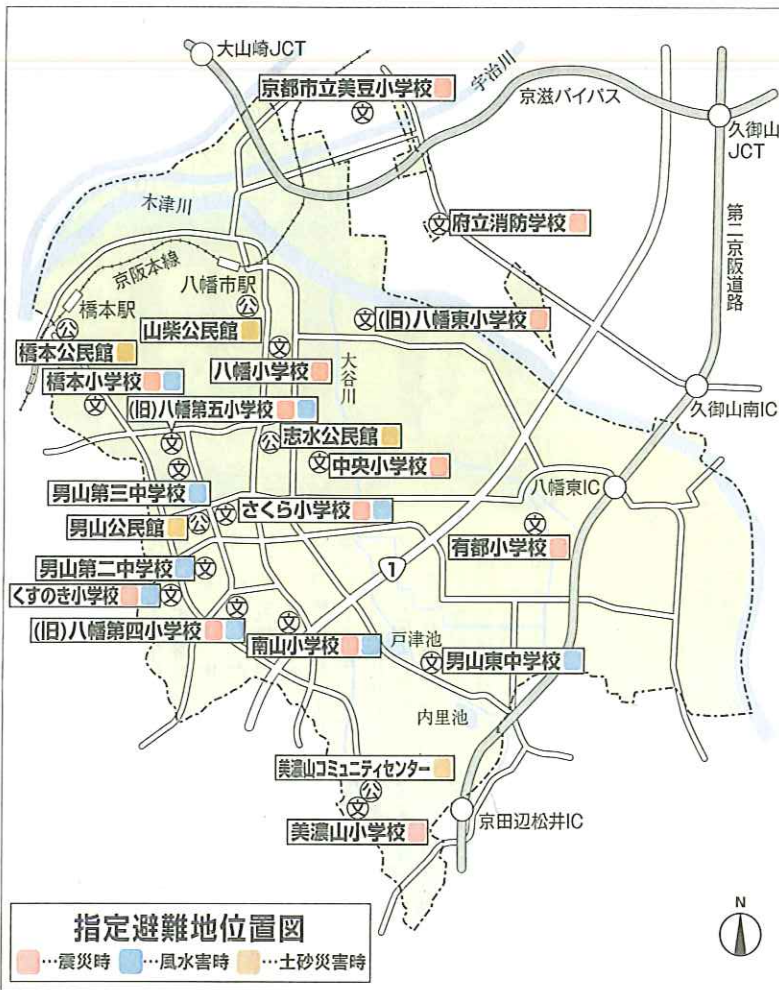
## 台風シーズン到来!

### 備えは万全ですか?

台風が近づいてきたら、気象情報に注意し、早めに対策をしましょう。また、日ごろからの備えと点検を万全におきましょう。

- ・住まいの周辺の点検と対策を行いましょう
- ・アンテナなどのポールを支柱や樹木の補強
- ・ベランダや家周りの物干し竿、植木鉢など飛ばさ
- ・雨戸や窓の補強、ガラスの飛散防止シートなどでのガード
- ・側溝の点検、掃除
- ・ブロック塀は倒れないように補強
- ・ガスボンベは鎖などで二

- ・れそうなものの収納
- ・ペットの保護
- ・高層者などの避難のための用具(車イス、台車など)の用意
- ・床上浸水に備えて家財道具の移動
- ・農業など「危険物」の漏れ、水漏れの防止(石灰は水に濡れると発火します)



## 府の情報メールをご利用ください

京都府では、防災・防犯の情報をメール配信しています。ご利用ください。

▶利用方法 府に空メールを送信し、府から返信されるメールに従って登録手続きを行ってください。

▶メールアドレス anzen@k-anshin.pref.kyoto.jp

▶QRコード QRコード対応の携帯はこちらから。



市では、地域ごとに避難地を指定しています。自分の住んでいる地域の避難地がどこなのか確認し、出来れば自宅から避難地まで実

## 指定避難地の場所を確認しましょう

防災関係機関の広報、お知らせの把握、確認

市では災害時に、新防災行政無線によりサイレンを鳴らして、避難情報等を発信しますので、テレビやラジオなどから情報を確認しましょう。

## 正確な情報を把握しましょう

避難勧告などが発令された場合、火の元栓や家の戸締まりを確認し、非常持出品を持って徒歩で避難しましょう。車の避難は緊急出動車両の妨げになるので、やめてください。

高層者や子ども、障がいのある人たち(要援護者)に声を掛けて、近所で協力して避難しましょう。また、できるだけ、集団で避難するよう心がけましょう。



実際に歩いてみましょう。なお震災、風水害、土砂災害で、避難地が異なりますので注意してください。

## 防災学習会

### 八幡市ろうあ協会主催

東日本大震災は、わが国未曾有の大災害となりました。災害が発生した時、情報が全く得られない聴覚障がい者はどう避難すればよいのでしょうか?

市の出前講座を活用し、防災と救援活動について学習します。

▽日時 9月11日(日) 午前10時~正午  
▽場所 市文化センター3階講習室。

▽講師 市総務課職員 ※耳の不自由な人に限らず、どなたでもご参加いただけます。  
◆申し込み・問い合わせ 9月7日(水)までに市ろうあ協会へ(FA X 971-0788)

## 急増! 自転車の盗難被害!

6月以降、自転車の盗難被害が増えています



絶対にカギをかけて! カギのかけ忘れによる被害が半数!

カギをもう一つかけて **二重ロック!** カギひとつでは盗まれます!

確実に防犯登録を! 登録期間は5年です

問い合わせ 八幡警察署 ☎981-0110

## 被災地から市内に避難された皆さんへ

市では、東日本大震災で被災し、市内に避難して来られた皆さんに生活の支援を実施しています。

総務課で被災者登録をし、発行された被災者確認書を基に、各担当課が各種支援を行います。

◆問い合わせ 総務課

今日からはじめる 健康づくり

【心の健康を保つ】

高齢者は人間関係や役割、体力などの喪失体験が多く、うつになる危険性があります。「疲れやすい」「食欲がわかない」など、いつもと違う感覚は、うつの現れかもしれません。「年だから仕方がない」などと思わず、自分の身体や心の変化を見つめ直してください。

■うつを予防・改善するポイント

●がんばりすぎず、休養を心がけましょう

「いままで通りにしないといけない」「これはわたしがしないといけない」などと考え込まず、休養をとり心と身体を休めましょう。

●生活リズムを整えましょう

●かかりつけの医師や心療内科などの専門医に相談しましょう

診察を受けることで、つらい状態から脱出するきっかけが見つかるかもしれません。また、症状にあった薬を飲むことで、本人や家族も楽になれる可能性があります。

●家族や友人に気持ちを話してみよう

一人で抱え込まず、誰かに相談してみよう。

【引き続き熱中症にご注意を!】

■熱中症予防のポイント

▶時間を決めてこまめに水分をとりましょう▶衣服や帽子などを利用して暑さを避ける工夫をしましょう▶自分の感覚に頼るのではなく、温度計を使って室温を確認しましょう。温度が30℃以上にならないよう、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。

◆問い合わせ 高齢介護課

\* 女性ルームをご活用ください \*

市では、男女があらゆる分野への社会参画を促進し、学習・意見交換・交流のできる拠点施設として、八幡人権・交流センター内に「女性ルーム」を設けています。男女共同参画社会の実現のための活動をされている人および団体を随時募集しています。利用については、事前登録が必要です。

◀ご利用案内▶

- ◆利用申込み 直接来館
◆利用日時 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 土曜日 午前9時～11時30分
◆休館日 日曜日、祝日、土曜日の午後、年末・年始
◆設備利用 コピー機1面につき10円
◆問い合わせ 人権啓発課 (☎981-3127)



女性ルーム

市では、65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない高齢者を対象に、介護予防事業への参加や、地域における高齢者の生活状況の把握につなげていくために、「基本チェックリスト」を送付しました。返送いただいた対象者の皆さん、ご協力ありがとうございました。

なお、9月から「基本チェックリスト」の未回収の人や、返送いただいた人の中で、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯で、生活状況についてお伺いしたい人に、電話や訪問などをさせていただく予定をしています。ご協力をお願いします。

◆問い合わせ 高齢介護課

介護予防のための「基本チェックリスト」

返送のお礼と訪問のお知らせ

事故「ナシ」キャンペーン

「京の秋 心のゆとりが 事故防止」

秋の全国交通安全運動

9月21日(水)～30日(金)

9月30日は交通事故死ゼロを目指す日

市交通安全対策協議会は9月21日(水)、京阪八幡市駅前事故「ナシ(梨)」キャンペーンを行います。午前7時30分から八幡市特産のナシを使用した菓子を作り、「事故ナシ」を訴えます。また市商工会の女性部が「交通安全啓発グッズ」を配布します。

◆問い合わせ 管理・交通課



＜子育て相談＞

子育てについての悩みごとや困ったことなど、気軽にご相談ください。※来所相談は事前にお電話を。

月曜～金曜日(祝日除く)午前9時～正午、午後1時～4時
子育て支援センター「あいあいポケット」(男山指月3-11 指月児童センター内/☎983-8747)

第二子育て支援センター「そよかせ」(八幡三反長10 南ヶ丘第二保育園内/☎981-5009)

【サロン】

子育てについて、お母さん同士で気軽におしゃべりしましょう。時間は午前10時～11時15分。※各開催場所に事前申込要。

＜そよかせサロン＞

対象 妊婦さんと生後2カ月から1歳6カ月くらいの親子
▶6日(火)▶20日(火)第二子育て支援センター

＜あいあいサロン＞

対象 生後7カ月から1歳6カ月くらいの親子
▶8日(木)子育て支援センター

＜ひよこサロン＞

対象 妊婦さんと生後2カ月から6カ月くらいの親子
▶21日(水)子育て支援センター
※重複参加可能です。

【お父さんも子育ての王様です!】

毎月第2土曜日は、お父さんとお子さんが一緒に遊んでもらえるよう「あいあいポケット」を開設しています。たくさんのお父さんの参加をお待ちしています。

▶10日(土)午前9時～正午、午後1時～4時、子育て支援センター

【お話の出前】市内のあちこちにお話をもって出かけます。手遊びや絵本の読み聞かせなど。

▶9日(金)午前10時30分～11時30分、川口コミュニティセンター
※申込不要。就学前のお子さん・お孫さんとお越しください。子育て相談も行っています。問い合わせは子育て支援センターへ。

【赤ちゃんの広場】妊婦さんと生後2カ月から1歳半くらいまでの親子が対象。赤ちゃんと一緒に手遊びやふれあい遊びを楽しみましょう。

時間は午前10時～11時15分です(受け付けは9時45分～)。保育園の赤ちゃんの広場は各保育園に、保育園以外での赤ちゃんの広場は子育て支援センターに、事前に申し込んでください(それぞれ1カ所ずつ参加可)。

Table with 2 columns: 場所 (Location) and 日程 (Schedule). Locations include 竹園児童センター, 美濃山グリーンタウン集会所, 橋本児童センター, 美濃山コミュニティセンター.

Table with 2 columns: 【保育園】 (Nursery) and 日程 (Schedule). Locations include みその保育園, 南ヶ丘保育園, みやこ保育園, わかたけ保育園, 南ヶ丘第二保育園, 有都保育園.

【あそびの広場】

おむね1歳半から就学前までの親子が対象。時間は午前10時～11時30分です(受け付けは9時45分～)。第二子育て支援センターに事前に申し込んでください。今月は「ゲーム大会をしよう」

● 保育園の開放日

- ※育児相談も行っています。
南ヶ丘保育園 (☎981-3125) ...▶9日(金)「パラパルン遊び」▶21日(水)園庭開放
南ヶ丘第二保育園 (☎982-3330) ...▶7日(水)園庭開放
みその保育園 (☎981-8101) ...▶6日(火)園庭開放▶15日(木)「お散歩を楽しもう」
みやこ保育園 (☎981-2511) ...▶12日(月)「泥んこ遊びをしよう」▶27日(火)園庭開放
有都保育園 (☎981-0873) ...▶7日(水)「水遊びやぬたくりをしよう」▶13日(火)園庭開放
わかたけ保育園 (☎983-1313) ...▶2日(金)園庭開放
八幡保育園 (☎981-7491) ...▶8日(木)「巧技台遊び」
男山保育園 (☎982-0701) ...▶3日(土)園庭開放
ぶどうの木保育園 (☎982-9013) ...▶1日(木)「色水遊び・川遊び」(雨天時:小麦粉粘土)▶毎週木曜日園庭開放(雨天中止)
くすのぎ保育園 (☎983-1200) ...▶21日(水)月見だんご作り
山崎第二保育園 (☎981-0700) ...▶21日(水)月見だんご作り▶毎月第2金曜日かるがもランド
※時間は午前10時～11時30分です。
● 幼稚園の開放日
八幡幼稚園 (☎981-0180) ...▶7日(水)園庭開放▶14日(水)「ボ-

で。

- ▶2日(金)竹園児童センター
▶14日(水)橋本児童センター
▶7日(水)▶27日(火)美濃山コミュニティセンター※27日は「自由遊び」です。

ルで遊ぼう」

- 八幡第一幼稚園 (☎981-6950) ...▶7日(水)「体を動かして遊ぼう」▶22日(木)園庭開放
八幡第二幼稚園 (☎982-8566) ...▶14日(水)園庭開放▶21日(水)「園庭で遊ぼう」
八幡第四幼稚園 (☎982-2447) ...▶15日(木)「一緒に遊ぼう」▶22日(木)園庭開放
橋本幼稚園 (☎982-0607) ...▶2日(金)園庭開放▶7日(水)「リズム遊びを楽しもう」
有都幼稚園 (☎981-0873) ...▶7日(水)「水遊びやぬたくりをしよう」▶13日(火)園庭開放
皇百幼稚園 (☎981-2268) ...▶7日(水)▶14日(水)▲GO!GO!キッズ「サーキット運動」
なるみ幼稚園 (☎982-3368) ...▶3日(土)△「一日入園」▶14日(水)▲なるみにおいでよ!ともだちつころう!
※時間は午前10時～11時30分です(△は午前10時～正午、▲は午前10時30分～正午)。

● 幼稚園の説明会

※時間は午後1時30分～2時30分です。
▶7日(水) ...八幡幼稚園、八幡第四幼稚園
▶14日(水) ...八幡第二幼稚園、八幡第三幼稚園、橋本幼稚園
※すべて申込不要。直接、園にお越しください。