

ほうかつだより

第10号 令和5年6月発行

広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター
住所) 安佐北区亀崎一丁目1-6 フジグラン高陽2階
電話) 841-5533 FAX) 845-8811
営業時間) 月～土曜日 8:30～17:15
(窓口は9:00～17:15)
日・祝・年末年始 休み



今年は災害がない事を願います。

当時の災害を振り返る。

①ハザードマップで確認！

自宅や避難先までのルートは安全！？どんな災害の時にどこが危険か事前に確認！！

市ホームページ
ページ番号 **11933**

市防災ポータルサイト



地域の人に聞いてみた



令和2年・3年と豪雨災害があり、災害に対する意識も変わってきていると思います。当時の事を振り返り対策が出来ればと思います。

②避難場所をあらかじめ決めよう！

ハザードマップで自宅の場所に色がついている場合は災害がおきる危険が…あらかじめどこへ避難するか決めておきましょう。

例) (安全な場所にある) 親戚や知人の家・ホテル・旅館、学校など市が指定した避難場所など

避難誘導アプリ「避難所へGO!」

アンドロイド
Android



ios▶



③持ち出し品・備蓄を用意！

断水や停電が回復するには大体3日かかると言われています。3日間しのげる準備が必要です。

市ホームページ
ページ番号 **17942**



☆尾和地区お住いの M (30 歳代) さん☆
豪雨がすごい時は基本的に両親がいる実家に避難する様にしていますね。実家に間に合わない時には小学校 (避難場所) に行くようにしています。避難方法の話は、子どもが小さいこともありしていませんね。備蓄品は飲料に合わせて日用品を置くように心がけています。災害後にはなるけど、給湯器の点検や災害時の水の出し方をメーカーの人に確認しました。自宅周辺の道が冠水して近くの三篠川ももう少しで氾濫!?と思うこともあったので怖かったです。

☆庄原地区お住まい S (40 歳代) さん☆
自宅近くのアパートの1階部分が浸水していたし、三篠川の水位も見るたびに増えていた事を鮮明に覚える。同僚が畑賀にある自宅に帰る時に山道を通った直後に土砂崩れがあったと聞いたから心配になった。災害がおきそうな時はフジグランに避難しようと家族で話をしたし、備蓄品も水を買うようにした。それ以外も買っておかないといけないと思うけど…。やっぱり水は心配だから風呂の残り湯は状況に合わせて残すようにしてるかな。

(int.高陽・亀崎・落合地域包括支援センター：鮎川)

お話いただいた内容をそのまま掲載させていただいています。

尾和地区お住いの M 様、庄原地区お住いの S 様。ご協力ありがとうございました。

熱中症予防のために 体温調整の仕組み



汗が蒸発するときに
皮膚の温度が下がります
(打ち水と同じ効果です)



血管を広げ体内の熱を
外に出すことで
脳や臓器の温度を調整します

年齢を重ねると喉の渇きや暑さを感じにくくなりますが

体のセンサーが働かなくなっているせいで
水分補給や温度調整は必要なので注意が必要です！

熱中症予防のポイント

- | | |
|--------------|----------------------|
| 1 こまめな水分補給 | 汗をかくために水分は欠かせません |
| 2 濡れタオルで汗を拭く | 水分が蒸発することで温度が下がります |
| 3 室内環境を整える | 28℃を超えたらエアコンを使用しましょう |



鮎川の子供に注意される日誌

我が家には3人の子供がいます。先日長男が小学校に入学しました。少子化の波もあり新入学児童は8人。僕の地元や時代では考えられない人数にびっくりしています。仲良くなれるか、勉強についていけるか、通学中地域の人に挨拶はできるか等、心配になることが多いです。

子どもが通う地域には登校班はあるのですが、高陽地区と違い横断歩道に立つボランティアの人がいません。登校時には保護者が一緒に途中まで行き横断歩道を渡るところを見守らないといけません。帰りは基本的には学童保育に通っているため保護者が迎えにいきます。子ども達と一緒に途中まで登校すると子どもに「真ん中歩かない」「車は左。歩く人は右！」と注意されています。恥ずかしながらつつい正しいことを忘れてしまう、都合のいい解釈をしてルールを無視する場面がよくあり注意を受けています。

“他人の振りみて我が振り直せ”ではありませんが、注意して生活・仕事に取り組みたいと思っています。



消費者被害 広島市の最新情報！！

●買取業者を名乗る会社から電話があり、「いらぬお皿や食器などがあれば買取をする」という内容であり、捨てようとしていた食器があったため、女性は訪問を了承。しかし、業者は「未使用の食器であれば買取ができるが、使用しているものは買取できない。また、未使用で箱があるものに限っている。電話をした者が伝え忘れていたのだろう。」と言い買い取りを拒否。介護職員がいたため被害はなかったが、貴金属などの強引に法外の値段で持ち去ってしまう押し買いの可能性もあり注意が必要です。

★お金の話は、ひとりで即決・即答せず、まずは相談しましょう。



最新の手口を知って、
自分の財産を守ろう！