



## 災害対策を見直しましょう！

近年、地震や台風だけではなく、ゲリラ豪雨による大雨や洪水、土砂災害の頻度が増えてきています。こういった大規模災害による犠牲者のうち、60歳以上のシニアから高齢者世代が大きな割合を占めており、長年住み慣れた土地への過信から「今回も大丈夫だろう」という思い込みや、体力や判断力の低下による逃げ遅れなどが要因として考えられます。また、持病を抱えている人の割合が高いことから「震災関連死」のリスクも高いといわれています。



### ～対策～

#### 1 自宅の中を安全な空間に整える

- ▶ 寝室などには大きな家具を置かない！
- ▶ 玄関までの導線には家具を配置しない！
- ▶ テレビなど重い家電製品は転倒防止の粘着マットやストッパーなどで固定する！
- ▶ 衣装タンスなどの大きな棚はL型金物や転倒防止用の突っ張り棒などで固定する！



#### 2 安否確認の方法を確認する

- ▶ 家族と安否確認の方法を決めておく！
- ▶ 「災害用伝言ダイヤル」の使い方を確認しておく！



#### 3 風水害を事前に確認する

- ▶ 村の「ハザードマップ」「避難場所」「避難経路」を確認しておく！
- ▶ 歩いて安全に移動できるルートを把握しておく！

#### 4 生活用品・食料品の備蓄をする

3日から1週間分を想定して、普段から使い慣れている生活用品や食料品を多めに準備しておきましょう。日常生活で使いながら備蓄品を少しずつ更新していく「ローリングストック（回転備蓄）」という方法がお勧めです。



#### 5 避難時の持ち出しの準備する

すぐに避難できるように、必要な物を備蓄とは別にリュックサックやショルダーバッグなどの両手が空くバッグに優先的にまとめておきましょう。

例) 貴重品、薬※、お薬手帳、食料品、飲料水など



※血圧や血糖の薬など、疾患によっては飲み続けなければいけない薬があります。避難時に必要な数量を確保しておきましょう。



#### 宅し宅のために〇〇〇

災害時には孤立することが何よりも危険です。災害時に地域や近所の人と声をかけ合えるように普段から関係づくりをしましょう。

村でも地域の要配慮者の名簿（避難行動要支援者名簿）を作成していますが、災害時に自力での非難に不安がある方は事前にご相談ください。



## 自主創造のプログラムご紹介

あなたの  
やってみたいを  
サポートします!!



社会教育担当 みつや りくと 三ツ谷 陸翔

自主創造プログラムとは、村民の皆さんの多様な学習ニーズに対応するための事業のこと。皆さんが企画した事業の実施について占冠村公民館事務局（教育委員会社会教育担当）がサポートします。

### Q どんなことをサポートしてくれるの？

住民への周知や参加者の申し込みの受け付け、開催経費の負担、担当職員による当日の運営補助などです。また、事業の開催に向けての相談も随時受け付けています。

- ▶ 周知方法：行政区回覧・村ホームページ・新聞折り込みなど
- ▶ 開催経費：講師謝金、消耗品費などの一部または全部を負担 ※予算の範囲内での負担となります。

講師との各種交渉や周知チラシの作成等は申込者ご自身で行っていただきます！



### Q 誰でも、どんな内容でも申し込めるの？

申し込みできるのは**村民**または**村内職場勤務者**です。基本的に**村民を対象とした事業**であれば問題ありませんが、営利目的や宗教政治団体向け等の事業はお断りしています。

### Q 実際にどんな事業が申し込まれているの？

「村民フロアカーリング大会」「村民フットサル大会」などのスポーツイベント、「メープルシロップ作り体験」「そば打ち教室」などの食のワークショップ、その他にも「クマおどし&アクセサリー製作体験」「ヒグマミーティング」など、令和5年度(1月末現在)は18件の申し込みがありました。



村民フロアカーリング大会



メープルシロップ作り体験



クマおどし&アクセサリー製作体験