

## 台風シーズン到来 家庭で万全な水害対策を

台風や集中豪雨が発生しやすい時期になりました。水害に備えて事前の対策をしっかりと行い、家族ぐるみ、地域ぐるみで被害を最小限に抑えましょう。

### 気象情報に注意し、安全対策の確認を

- ・テレビやラジオ、市や防災関係機関からの気象情報(大雨注意報・警報など)に注意しましょう。
- ・浸水に備えて、家財道具は安全な場所に移動しておきましょう。
- ・指定緊急避難場所および指定避難所、非常用持ち出し品の一覧は「行田市防災ガイドブック」または市ホームページ(防災情報)をご覧ください。
- ・側溝や排水溝は、いったん詰まると雨水が流れず、たまってしまうため、常に手入れを行いましょう。

### 洪水ハザードマップを活用しましょう

自宅や職場などが洪水時に、どれくらいの浸水が予想されているか確認しておきましょう。  
※洪水ハザードマップは市ホームページ(防災情報)で確認できます。

### 長雨や大雨時は排水量を抑えましょう

できるだけ風呂や洗濯の排水を控えて、少しでも下水道に流れる水量を減らしましょう。

### 水害が発生した場合は、早めに行動しましょう

屋外への安全な避難が困難なときは、無理をせず建物の上階などに避難しましょう。

### ▶問い合わせ 防災安全課防災担当(内線282)

## 災害情報は自ら収集するように 努めましょう

災害時の情報伝達や収集の方法はいろいろあります。情報があるのを待つだけでなく、自ら情報を取得することにより、被害の軽減につながります。

### 情報収集手段

テレビ、ラジオ、インターネット、携帯電話、防災行政無線、広報車など

### 埼玉県防災情報メール

埼玉県では、登録されたパソコンや携帯電話などに、防災に関する情報をメールで配信しています。

### 【配信される情報】

- ・気象特別警報、警報、注意報
- ・竜巻注意情報
- ・高温注意情報
- ・地震情報
- ・避難情報
- ・危機管理情報
- ・埼玉県からのお知らせ



二次元バーコード

### 【登録方法】

二次元バーコードに対応した携帯電話をお持ちの方 ※それ以外の方はsaitamaken@jijo.bosai.infoに空メールを送信してください。

### 防災行政無線の放送内容を確認できます

防災行政無線の放送内容を確認できるよう、電話による音声確認サービスを行っています。

### 電話番号 0120-360-100

- ・定時放送については確認できないものがあります。
- ・電話が混み合っている場合はかかりにくいことがありますので、しばらくしてからおかけ直してください。

### ▶問い合わせ 防災安全課防災担当(内線282)

## 竜巻に注意してください

竜巻や激しい突風などから身を守るためには、テレビ、ラジオなどからの情報を活用するとともに、空模様などの変化に注意することが必要です。

### ▶竜巻の特徴

- ・真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなります。
- ・雷が聞こえたり、雷光が見えたりします。
- ・冷たい風が吹き出します。
- ・大粒の雨やひょうが降り出します。
- ・短時間で狭い範囲に甚大な被害をもたらします。
- ・移動速度が非常に速い場合があります(時速90キロメートルで移動した例もあります)。

### ▶竜巻が身近に迫ったら

#### 【屋外にいる場合】

- ・頑丈な建物などの中や物陰に入って身を小さくしましょう(物置や車庫、プレハブの中は危険です)。
- ・電柱や太い樹木であっても倒壊することがあるので、近づかないようにしましょう。

#### 【屋内にいる場合】

- ・ガラス窓の下や周囲はガラスが割れ、飛び散る可能性があるため、窓やカーテンを閉めて離れましょう。
- ・窓のない部屋に移動しましょう。
- ・頑丈な机やテーブルの下に入り、身を小さくして頭を守りましょう。
- ・シャッターや雨戸を閉めましょう。

### ▶問い合わせ 防災安全課防災担当(内線282)

## 金婚夫婦に記念品を贈呈します

市では、敬老事業の一環として、結婚50周年を迎えるまたは結婚から50年を経過した夫婦に、9月5日(土)に開催される敬老祝賀式典でお祝いの記念品を贈呈します。

記念品の受領には、申請が必要となりますので、次のとおり申請してください。

### ▶受付期間 6月1日(月)～7月31日(金)※期限厳守

▶対象 昭和40年12月31日以前に結婚した夫婦(婚姻年月日は、挙式の日または入籍した日どちらでも可) ※昨年までに記念品を受領している方を除く

▶申請方法 高齢者福祉課、南河原支所および各公民館で配布している申請用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、直接同課に提出してください。印鑑や戸籍謄本などは必要ありません。なお、代理申請は可能ですが、電話による申請は受けられません。

### ▶問い合わせ 同課高齢福祉担当(内線225)

## 公園で若返り! パワーアップ教室

### ▶日時 6月24日(水)・26日(金)・30日(火)(全3回)午前9時30分～正午

▶集合場所 コミュニティセンターみずしろ1階ギャラリー

▶内容 水城公園内の健康器具を活用した運動や、園内をウォーキングすることで体力の維持・向上を図る ※雨天の場合は、コミュニティセンターみずしろ1階ギャラリーで実施

▶講師 健康運動指導士

▶対象 市内在住65歳以上の方(医師の指示により運動制限などのない方)

▶定員 15人

▶問い合わせ 高齢者福祉課地域支援担当(内線278)

## こそだて応援訪問事業を 開始しました

市では、就学前のお子さんがいる家庭へ、子育て経験のある相談員が定期的に訪問し、子育てに関する悩みや相談を聞いたり、一緒に時間を過ごしたりして、引きこもりがちなお母さん、お父さんが元気になるきっかけづくりを提供する「こそだて応援訪問事業」を開始しました。この事業では、市内にある子育て支援センターなどを紹介し、他の子育て中の方とつながりを持ち、親子が地域へ踏み出せるよう積極的な支援を行っていきます。

なお、こそだて応援専用電話を設置しました。子育て中の皆さん、一人で悩まず、まずは電話でご相談ください。

**こんなとき「こそだて応援訪問事業」を利用してください**

- ・地域のことが分からなくて心細い
- ・出掛けるのがおっくうで家に引きこもりがち
- ・はじめての子育てで不安がいっぱい
- ・子どもに泣かれると、どうしたらいいかわからず、イライラする
- ・誰かと話したい
- ・下の子が生まれて、上の子と遊ぶ時間が持てない など

- ▶こそだて応援専用ダイヤル 070-2796-8856(火曜日を除く午前8時30分～午後5時)
- ▶訪問日時 相談された方と調整の上、訪問日時や訪問内容を決めます。なお、訪問は2週間に1回程度とし、訪問時間は1～2時間を目安とします。
- ▶対象 6歳以下の就学前のお子さんがいる家庭
- ▶利用料 無料
- ▶その他 訪問活動などで知り得た情報は厳守します。
- ▶問い合わせ 子育て支援課子育て支援担当(内線292)

## 子育て世帯臨時 特例給付金を支給します

消費税率引き上げの影響などによる子育て世帯の経済的負担を軽減するため、子育て世帯臨時特例給付金が支給されることとなりました。6月上旬に、支給対象者へ申請書類を郵送しますので、次のとおり申請してください。また、児童手当現況届も同封しますので、できる限り現況届受付期間中(6月11日～30日)に申請をしてください。※公務員の方は、勤務先より申請書類が配布されます。平成27年5月31日現在のお住まいの市区町村へ申請してください。

- ▶対象 平成27年6月分の児童手当の受給者 ※所得限度額以上(特例給付)の方は支給されません。
- ▶支給額 平成27年6月分の児童手当の対象となる子ども1人につき3,000円
- ▶受付期間 6月11日(土)～12月10日(土)午前9時～午後5時※土曜日、日曜日の午後および祝日を除く
- ▶申請先 子育て支援課
- ▶その他
  - ・窓口が混雑することが予想されますので、時間に余裕をもってお越しください。
  - ・郵送による申請も受け付けます。郵送の際は、記入漏れおよび提出書類に不備のないようお願いいたします。
  - ・支給は10月以降、順次振り込みを予定しています。
- ▶問い合わせ 同課子育て支援担当(内線262・292)

## はつらつ教室

今は元気だから介護予防なんて必要ないと思いませんか。生き生きと楽しく暮らしていけるよう、元気なときから予防しましょう。

**行田名物!ながちか体操**  
ストレッチ体操・筋力アップ体操・リズム体操・口の体操の4つの動きで構成された行田オリジナルの体操を行います。

日	時	場	所
6月9日(火)	午前10時30分	須加	公民館
6月10日(水)	午前10時	星宮	公民館
6月26日(金)	午前10時	荒木	公民館

**実践! 転ばぬ先の知恵講座**  
転倒を予防するための筋肉を付け、バランス感覚を養いましょう。

日	時	場	所
6月10日(水)	午前10時	下忍	公民館
6月11日(木)	午前10時	前谷農村	センター
6月16日(火)	午前10時	忍・行田	公民館
6月16日(火)	午後2時	埼玉	公民館
7月7日(火)	午前10時	太井	公民館
7月8日(水)	午前10時	南河原	公民館

**楽しく若返り! 音楽リトミック**  
音楽に合わせて声を出したり、体を動かしたりして、脳を活性化させて若返りましょう。

日	時	場	所
6月11日(木)	午前10時	星河	公民館
6月17日(水)	午前10時	地域文化	センター
6月18日(木)	午後2時	北河原	公民館
6月24日(水)	午前10時	南河原	公民館
7月2日(水)	午前9時30分	佐間	公民館
7月10日(金)	午前10時	下忍	公民館

**初体験! カーレット**  
カーリングを室内の机の高さで行えるようにアレンジされたカーレットを、体と脳を動かしながら楽しみましょう。

日	時	場	所
6月17日(水)	午前10時	太井	公民館
7月1日(水)	午前10時	地域文化	センター
7月8日(水)	午前10時	長野	公民館

**知れば簡単! おいしくバランスとれるコツ**  
ちょっとした食事の工夫を覚えて、病気や老化に負けない元気な体をつくりましょう。

日	時	場	所
7月1日(水)	午前10時	太田	公民館
7月7日(火)	午前10時	持田	公民館
7月8日(水)	午前10時	星宮	公民館

**口から始める! 健口づくり**  
口の中をきれいに保ち、病気を防ぎましょう。

日	時	場	所
7月7日(火)	午後2時	埼玉	公民館
7月14日(火)	午前10時	桜ヶ丘	公民館

- ▶対象 市内在住の65歳以上の方
- ▶その他 日程が合えばどの会場でも参加できます。
- ▶問い合わせ 高齢者福祉課地域支援担当(内線278)

