

# 緊急地震速報の訓練放送が行われます。

～ 緊急地震速報を聞いたら…あわてず、まず身の安全を!～

**日時：平成25年11月29日(金) 午前10時15分から (30秒程度)**

※当日の気象・地震活動の状況等によっては訓練を中止することがあります。

- ・当日は各戸に設置しているFM告知端末から、緊急地震速報が大きな音量で放送されます。これは訓練放送ですのでお間違えのないようご注意ください。
- ・テレビやラジオ、携帯電話（緊急速報メール）から訓練放送は流れません。

## 実際に緊急地震速報を聞いたら、何を訓練したらよいの？

1. 「地震だ！地震だ！」と大声で家族に知らせる。
2. 事前に決めた安全な場所に素早く避難する。
3. すぐに強い揺れが来ることを想定し、おやみに動かないで様子を見る。
4. 揺れが収まるのを待って、最寄りの避難場所に移る体制をとる。
5. テレビ・ラジオで確かな情報を入手することを認識する。

## 訓練を実施しましょう！

緊急地震速報が発表されてから、対象となる地域が強く揺れるまではわずかな時間（数秒～数十秒）しかありません。地震の揺れから身を守るには、その場所や状況に合わせて慌てずに行動することが大切です。

慌てずに身を守る行動をとるためには、どのような行動をとるべきかあらかじめ知り、行動している自分を想像しておくことが大切です。

## 今回の緊急地震速報の報知音を合図に下図のような訓練も実施してみましょう！

姿勢を低く



頭を守って



揺れが収まるまで  
じっとする



地震発生時の完全確保行動1-2-3 (Drop, Cover, and Hold on)

## 訓練の後に！

訓練終了後に、訓練を行って実際に行動することが出来たか？

出来なかった場合には、どこが問題であったのかを、家族や職場で考えてみましょう。

(例) ・事前に計画しておいた行動がとれましたか？

・行動に問題はありませんでしたか？

・地震はいつ、どこで発生するか分かりません。今回と違った状況ではどうするのかもイメージしてみましょう。

お問合せ 交通防災課 ☎ 6 6 - 3 4 1 7 (直通)

## 保育所交通安全教室

10月4日(金)改善センターにて県警交通安全教育車(さちかぜ号)による巡回交通安全教室が行われました。

手品や腹話術を楽しみながら交通ルールやマナーを学習し、腹話術のけんちゃんとは交通事故に遭わないように4つの約束をしました。

- ・ 右側を歩こう
- ・ 横断歩道を渡るつ
- ・ 道路に飛び出さない
- ・ 道路で遊ばない

大人の皆さんは、これから年末に向けて忙しい時期となりますが、気持ちに余裕をもって安全運転をお願いします。



交通安全教室



腹話術のケンちゃんとお約束

## 南部ひまわり関東大会出場!!

10月20日(日)、27日(日)県下50チームが参加した第29回関東小学生バレーボール山梨県大会が開催されました。南部町バレーボールスポーツ少年団女子チーム「南部ひまわり」は準々決勝まで順当に勝ち進み、準決勝ではフルセットの末、玉諸チームを下しました。決勝では、大工ゼルスに敗れましたが、見事、準優勝に輝きました。同チームは11月23日(土)、24日(日)に群馬県前橋市で開催される関東大会に山梨県代表として出場します。関東大会での活躍を期待します。



準優勝!



決勝戦前ミーティング

## 「在宅医療・ケアについて考えてみませんか」

峡南保健福祉事務所では、「峡南地域在宅医療・ケアを考える研修会」を開催します。

「今は元気でも、療養が必要となったときにはどうすればいいのか」「峡南地域のサポートのしくみは」など、住み慣れた地域で自分らしく療養するための方法について学べる研修会です。どなたでも参加できます。

日 時 平成25年12月8日(日) 受付 午後1時～ 午後1時30分～3時

場 所 身延町総合文化会館ホール

内 容 ○情報提供 峡南地域における在宅医療への取組

○講 演 「峡南地域の在宅医療の現状と峡南地域でできる在宅医療のあり方」

○講 師 南部町国民健康保険診療所 所長 市川万邦(医師)

申込み・お問合せ 峡南保健福祉事務所 地域保健課 ☎0556-22-8158

健康支援課 ☎0556-22-8155