

# 地震に備えましょう

いつ起きてもおかしくない災害について認識を深め、それに対処する準備が大切です。  
地震対策について次のとおりまとめましたので、減災への参考にしてください。

## 地震が発生したときには「家具は必ず倒れるもの」

阪神・淡路大震災や新潟中越地震、東日本大震災、熊本地震などでは、多くの方が倒れてきた家具の下敷きになって亡くなったり、大けがを負うなどしています。

地震では「家具は必ず倒れてくるもの」と考えて対策をしましょう。



- ・寝室や子ども部屋では、室内の特にベッドの近くにはできるだけ家具を置かないようにする。  
家具を置く際には、倒れたときに下敷きにならない向き、入り口をふさがない場所にする。
- ・テレビや食器棚、冷蔵庫などの大きい家具が倒れないようにL字金具やワイヤー、突っ張り棒などで固定する。
- ・枕元など手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルなどを準備しておく。

その他にも、物が散乱していると、けがのもとになるだけでなく、コンロやストーブから火が燃え移る可能性があります。火の周りには物を置かないようにしましょう。

また、家の中の戸を閉め切らないでおくことにより、落下物や倒れてきた家具、地震による家の傾きなどで戸が開かなくなることを防ぐことができますので、できるだけ開けておける戸は開けておきましょう。

## 地震が発生したときの身の守り方を知っておく

地震はいつどこで発生するか分かりません。緊急地震速報などで事前に強い揺れが来ることを知ることはできませんが、速報が出てから強い揺れが来るまでわずかな時間しかありません。

慌てず身の安全を確保しましょう。



- ・大きな家具から離れ、座布団や枕で頭を保護したり、丈夫な机の下などに隠れる。
- ・商業施設などでは、陳列棚や吊り下がっている照明から離れ、係員の指示に従う。
- ・エレベーターでは、最寄りの階ですぐに降りる。
- ・自動車運転中は、急にスピードを落とさずにハザードランプを点灯し、周囲に注意を促す。  
また、状況を見て道路の左端に停車し、揺れが収まるまで車内で待つ。
- ・外にいるときは、看板、ガラス、電柱、自動販売機などの落下したり倒れたりする物の近くから離れる。

## ライフラインの停止や避難に備える

地震が発生したときには、水道、ガス、電気などの供給が止まってしまう可能性があります。普段から飲料水や食べ物などを備蓄し、いざという時にすぐに持ち出せるよう準備しておくことが大切です。



### 備蓄品および持ち出し品一覧

- 食料品（米、パン、缶詰、ビスケット、粉ミルクなど）
- 飲料水 ■懐中電灯 ■電池 ■カイロ ■ガスコンロ
- ストーブ ■灯油 ■毛布 ■ティッシュ ■トイレットペーパー
- ろうそく ■マスク ■免許証 ■保険証 ■印鑑 ■救急道具
- モバイルバッテリー
- 10円玉を多く用意しておく（公衆電話は災害時に優先的につながるようになっています） など

他にも、家族で避難方法や避難場所、連絡方法などについて話し合い、離れ離れの場合でもどのようなことに注意すればをよいか話し合うことも大切です。

以上のことに気を付け、いつ起こるか分からない災害に備えましょう。

問合せ／防災・交通担当（内線2116・2117）



## 夏場の火災の危険 火の後始末に注意

これから夏に向けて、花火や外で焼き肉を行うことなどが多くなります。そこで注意しなければいけないのが、火の後始末です。この時期になると、空気が乾燥するので、火の後始末を怠ると延焼して野火が起こる可能性があります。

火を使い終わったら消えているかを最後まで確認してください。

また、飛び火して火事になることもありますので花火や焼き肉などを行う際は、水バケツなどを用意していつでも消火できる準備をしてから、安全に楽しみましょう。

問合せ／予防課TEL 75-2200

## 根室管内消防団員 技能競技訓練大会の開催

この大会は、根室管内の各消防団から選抜された消防団員が出場する訓練大会です。

別海町で開催されるのは5年ぶりで、消防団員が小型ポンプ操法のほか、災害現場を想定した数種目の競技を実施し、日頃の訓練成果を発揮する内容となっています。

消防団員の英姿をご覧いただける機会ですので、皆さんのご来場をお待ちしています。

■日時 6月16日(日) 午前9時30分から午後1時

■場所 別海消防署前

駐車場は別海町役場駐車場をご利用ください。

問合せ／警防課 TEL75-0366

## 重度心身障がい者・ひとり親家庭等 医療費受給者証の申請について

■対象者（親権者または生計維持者の所得制限があります。）

【重度心身障がい者】①身体障害者手帳1級から3級（3級は内部障害に限る）をお持ちの方

②療育手帳A判定をお持ちの方

③精神保健福祉手帳1級か2級をお持ちの方 ※2級の方は入院のみ助成

【ひとり親家庭等】①ひとり親家庭の18歳未満（※）のお子さんと、その父または母

②両親の死亡または行方不明等により他の家庭で扶養されている18歳未満※のお子さん

※進学、未就労等により扶養されている場合は20歳未満

上記対象者で所得制限により非該当となった中学生以下のお子さんは「子ども医療費助成制度」の対象となります。

■助成後の医療費負担（保険診療分）

・中学生以下の子ども 無 料

・住民税非課税世帯の方 初診時一部負担金（医科580円、歯科510円、柔整270円）のみ

・住民税課税世帯の方 総医療費の1割（月額限度額 入院57,600円、通院18,000円）

■申請期限 6月28日(金) 期限内に申請された方には、7月中旬に新しい受給者証をお送りします。

■申 請 先 役場町民課窓口、各支所、各連絡事務所

問合せ／後期高齢者・医療給付担当（内線1242・1243）

## 子ども医療費受給者証の更新について

受給者証の有効期間満了日が近づいてきました。現在受給者証をお持ちの方には、7月末までに新しい受給者証を送付します。中学生は有効期間が中学校卒業までとなっており、そのまま引き続き使用できることから、今回は送付しませんので受給者証を誤って破棄しないようご注意ください。

今まで申請されていない方で、受給者証を希望される方は下記申請先に申請してください。

■申請先 役場町民課窓口、各支所、各連絡事務所

問合せ／後期高齢者・医療給付担当（内線1242・1243）

