



災害時高齢者生活支援講習を開催しました

11月12日、あったかふれあいセンターでは初めての試みとして、日本赤十字社いの町分区と共催で災害時を想定した生活支援講習を開催しました。日本赤十字社高知県支部から講師を招き、避難所で役立つ技術として、風呂敷を使ったリュックサック作りや狭い避難所などで長時間過ごす場合のリラクゼーションなどを学ぶことができました。

今後もあったかふれあいセンターでは、皆さんからのご意見やご要望を踏まえながら学びや交流の場の提供を進めますので、ご利用ください。



風呂敷を使ったリュックサック作り



災害についての講義

▶ 問い合わせ

あったかふれあいセンター
(すこやかセンター伊野内)

☎ 893-5920



いの警察署からのお知らせ

いの警察署 ☎ 893-1234

高齢者安全教室開催地区募集！！

各地区の老人クラブやミニデイサービスなどに参加させていただき、高齢者の交通事故防止や、悪質商法・振り込め詐欺の被害防止についての「出前式安全教室」を実施しています。

講話をきっかけに、「外出したときにヒヤッとしたこと」や「こんな電話がかかってきて…」といったお話が出ることもあり、皆さんの身近なこととして実感

し、日ごろの生活に役立てていただいています。

皆さんの地区でも是非開催してみませんか？

少人数でもかまいませんので、お気軽にお問い合わせください。

担当：高齢者交通安全アドバイザー 伊藤 矢野
地域安全アドバイザー

1月10日(木)は「110番の日」です

『1(いち)はやく 1(ひと)に知らせて 不安0(ゼロ)』

110番は、事件・事故に遭った、あるいは見た、知った皆さんから緊急に警察へ通報する「緊急電話」です。高知県内どこからでも、110番をダイヤルすると警察本部の110番受付につながり、県民の皆さんと警察を結ぶ強い絆となっています。110番の件数は、例年5万5,000件前後で推移しています。110番にダイヤルするときは、まず落ち着いて

「いつ」「どこで」「どんな事件・事故が起きたか」「犯人はどんな人か」「どちら方面に何で逃げたか」など、警察官の質問に冷静にお答えください。

携帯電話から110番にダイヤルするときには、運転中は必ず車両を停止し、歩行中であれば立ち止まって通報してください。

なお「いたずら電話」は、重要な緊急電話の障害となりますので、絶対にやめてください。110番は県民の皆さんの安全と安心を守る緊急電話です。県内の110番通報は、すべて警察本部の通信指令課

で受理しており、たくさんの電話が一度に入ると、緊急性のある電話につながりにくくなります。事件や事故以外の緊急を要しないときは、110番ではなく「いの警察署」(代表：☎ 893-1234)又は「警察相談専用電話」(#9110)の利用をお願いします。

※聴覚に障害のある方などのために、携帯電話のインターネット機能を利用したDLメール110番通報システムや、FAXを利用した110番通報システムがあります。

DLメール110番(携帯電話からも通報できます。)メールアドレス <http://780-dlmail110.jp>

■事件ですか? 事故ですか?

■場所はどこですか?

○簡単な入力で、質問・指示を受信できます。

FAX 110番 ☎ 875-2110

『南海地震対策』 あっ!「揺れた」と思ったら!

次の南海地震は、マグニチュード8.4規模の大きさで、県内のほとんどの地域で強い揺れが発生(4町村で震度6強、30市町村で震度7)し、この強い揺れは、100秒間続く(平成7年の阪神淡路大震災の揺れは13秒程度)と予想されています。

こんなとき、揺れたら	対応方法
部屋にいたら	丈夫な机やテーブルなどの下に隠れましょう。
外にいたら	落下物に注意し、頭をカバーしましょう。
エレベーター内では	すべての階のボタンを押し、止まった階で降りましょう。
車を運転中は	ゆっくり減速し、あわてず左側路肩に停止しましょう。
バス、電車内では	係員の指示に従い冷静に行動しましょう。
海や川では	高台などを目指し速やかに逃げましょう。

