



1月10日(火)は「110番の日」です

110番は県民の皆さんの安全と安心を守る緊急電話です。

事件や事故が発生した際には、迷わず110番通報してください。

110番通報すると、警察官が



- ①事件ですか? 事故ですか?
- ②場所はどこですか?
- ③いつ発生しましたか?
- ④犯人を見ましたか? 犯人がいますか?
- ⑤あなたのお名前、住所、連絡先を教えてください

などとお聞きしますので“落ち着いて”“はっきり”“正確に”お答えください。

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。

FAX110番 ☎ 875-2110

高齢者の交通事故を防ごう!

23 (65歳以上の高齢死者)

43 (交通事故死者)

(11月24日現在)

高齢死者の交通死亡事故の特徴



- 23人中11人が歩行中(うち8人は道路横断中)で夕暮れ時～夜間の暗い時間帯に発生
- 発生場所は通り慣れた自宅近くの道路
- ほとんどの方が黒っぽい服装で反射材は非着用

見られることで高まる安全

夕方～夜間にライトを点灯して走っている車は、歩行者からは、まぶしいくらい明るく見えますが、ドライバーから歩行者はよく見えません。特に暗闇と同化する黒っぽい服装は見落とされやすく、ドライバーからの発見の遅れが重大事故につながります。

そこで、ドライバーに発見されやすように、明るい色の服装を心掛け、反射材を着用してください。

ドライバーの方へ

歩行者や自転車が反射材を着けていても、車がヘッドライトで照らさなければ反射材は光りません。夕暮れ時は早めのライト点灯をお願いします。

～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震度5強から6強、一部では震度7の強い揺れが発生し、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。
車を運転中のときは	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	高台等を目指して速やかに逃げましょう。



「いやっし～土佐」教室のご案内

いやっし～土佐では、健康に関する様々な教室を開催しています。健康づくりや仲間づくりに、教室に参加してみませんか?

【大人の水泳教室】(50分)

▶開催期間

2月7日～3月27日毎週火曜日(全7回)4,900円

※3月20日は開催しません。

▶講師 西原香理・久保 睦 各水泳指導員

▶実施時間 10:00～ ※受付は、15分前から行います。

▶定員 30名

教室の詳細について

▶参加資格 医師などから運動の中止又は制限を受けていない18歳以上の方。

▶申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、「いやっし～土佐」の受付に受講料金と一緒に持参してください。

▶申込・問い合わせ

〒781-1111土佐市北地2290番地

健康増進施設「いやっし～土佐」 ☎ 852-7618