



☆災害に備えましょう☆

5月から11月は『集中豪雨』(短い時間で雨がたくさん降ることが発生しやすい時期)となります!
事前の準備と早めの避難行動により自分や家族の安全を守りましょう。

【事前の準備】

○災害が起きた時のための準備

災害が発生すると電気、ガス、水道などのライフラインが止まり

道路がふさがれたり水没したりして物が届かなくなる場合があります。

特に大切な『水』『食べ物』『携帯トイレ』は最低3日間、できれば7日間分準備しておきましょう。

○ハザードマップで家の周りを確認

ハザードマップを確認しながら避難する場所、道、方法を

家族で話し合っておきましょう。

また、避難する道に危険な場所がないか、避難場所までの

移動にかかる時間を確認しましょう。

ハザードマップはこちら



〈ハザードマップ確認のポイント〉

- 家は浸水しますか?
- どのくらい深く浸水しますか?
- どれくらい長く浸水しますか?
- 家は土砂災害警戒区域になっていますか?

【台風や大雨が近づいたら…】

災害が発生する危険があるときはさまざまな防災情報が発信されます。早めの避難をするために

近くを流れる川やその川の上流の水位情報、気象情報、洪水予報を確認できるようにしましょう。

◇詳しいお問い合わせ:危機管理課(☎0284-20-2247)

☆夏の暑さに備えよう☆

気温が高くなり熱中症に注意が必要な季節になります。足利市では特に高齢の人が

室内で倒れています。

熱中症にならないためには…

○冷却(冷やすこと) 部屋の中ではエアコンを使い、
外では風通しのよい日陰に移動しましょう。

○水分 のどが渇く前に飲み物を飲みましょう。
運動するときは経口補水液(熱中症のリスクが高い時に水分をとる飲み物)も活用しましょう。

○休憩 睡眠不足は熱中症になりやすいです。

しっかり寝て朝ごはんを食べましょう。



◇詳しいお問い合わせ:健康増進課(☎0284-20-2372)