



# こんにちは だより 第74号

残暑お見舞い申し上げます。夏の花というと「向日葵」をイメージしますが、ヒマワリの種を育てて福島県の復興を支援する「福島ひまわり里親プロジェクト」を展開しているNPO法人チームふくしまの半田氏は、来年の東京五輪聖火リレーでランナーがヒマワリ畑を疾走する夢を描いているそうです。余談ですが、ヒマワリが太陽の方を向くのはつぼみの頃だけで、日が昇る頃東を向き、日中は南、夕方は西の方を向くそうです。



2019年の防災週間 8/30(金)～9/5(木)



自然災害が毎年増えております。もしもの時に備えて防災グッズの準備・点検、避難場所の確認などを行っておきましょう。

## 水害・土砂災害の 防災情報 の伝え方が変わります。

【警戒レベル】で避難のタイミングをお伝えします。

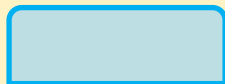
市町村から【警戒レベル③、④】が発令された地域にお住まいの方は速やかに避難してください。

警戒レベル ④ で全員避難



警戒レベル

①

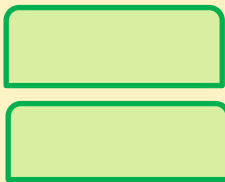


心構えを高める  
早期注意情報  
(気象庁が発表)

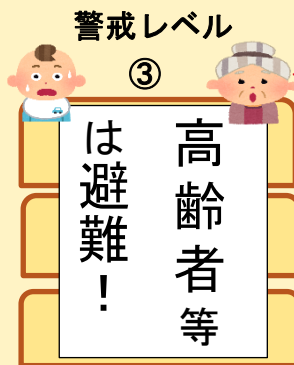


警戒レベル

②



避難行動の確認  
洪水注意報  
大雨注意報など  
(気象庁が発表)



警戒レベル

③

は避難！  
高齢者等

避難に時間を要する人(高齢の方、障がいのある方、乳幼児など)とその支援者は避難  
避難準備・高齢者等避難開始  
(市町村が発令)

警戒レベル

④

全員避難！



安全な場所へ避難  
避難場所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難  
避難勧告  
避難指示(緊急)  
(市町村が発令)

災害発生情報(市町村が発令)

【警戒レベル⑤】は既に災害が発生している状況です  
命を守るための最善の行動をとりましょう

# 8月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2 酒田港まつり・酒田甚句流し	3 酒田花火ショー 19:30~	4 ふじしま夏まつり(鶴岡)藤島体育館北側
5	6 心配事相談	7 いきいき百歳体操 	8 あみあみ	9 無料法律相談(交流ひろば)	10	11
12 夏宵まつり(庄内町) 18:45~	13	14 いきいき百歳体操	15 日本海荒波太鼓(湯野浜)	16 場所:長岩広場 20:00~	17 赤川花火大会 19:15~	18
19	20 心配事相談 こんにちわサロン	21 いきいき百歳体操 心の健康相談	22 あみあみ	23	24	25  新庄まつり
26	27  弁当やパン等を販売しています。	28 いきいき百歳体操 満福市にいだ	29 あみあみ	30	31 出羽三山神社 八朔祭	

夏場は菌が繁殖しやすいだけでなく、暑さで身体の抵抗力・免疫力が低下しがちです。冷たいもののおいしく感じられる時期で加熱せずに食べる機会が多くなるため、食中毒になる可能性が増えます。改めて食中毒予防の3つの原則を確認しておきましょう！

**★つけない！** 食中毒を起こさないためには、食中毒の原因となる細菌やウイルス、有害物質などを食品や調理器具につけない事が大切です。手や調理器具を清潔に保つこと。そして菌のついた食品からほかの食品への二次感染を防ぐため、包丁やまな板は水で流して乾いたふきんで拭き、ふきんは頻繁に水洗いするようにしましょう。

**★増やさない！** 室内でも高温多湿になるため、食品は室温で置いておかず冷蔵庫で管理するのがポイントです。夏場は、冷蔵庫内の温度も上がりやすくなっています。冷蔵庫の扉の頻繁な開け閉め、食品の詰めこみ過ぎに注意しましょう。

**★殺菌する！** 生ものをできるだけ控え、加熱したものを食べるようにしましょう。また、調理器具も熱湯消毒してから使用してください。冷凍・冷蔵による殺菌効果は期待できません。保存した食品は早めに、再加熱して食べるようにしましょう。

## お問い合わせ先

酒田市地域福祉センター内 酒田市社会福祉協議会 住所：新橋2丁目1-19

(避難者生活支援相談員：高橋◎佐藤◎)

TEL:0234-23-5765/FAX:0234-24-6299 メール：konnichiwa@sakata-shakyo.or.jp

\*電話・窓口は平日8:30~17:15です。