

風水害への備え

日ごろからできる準備 水害ハザードマップを活用しましょう

台風や集中豪雨で、河川の氾濫などの災害が発生することがあります。日ごろから風水害への知識を身に付け、「自らの命は自らが守る」意識のもと、適切な避難行動がとれるように備えることが大切です。

市では、令和4年7月に「川越市水害ハザードマップ(2022年6月更新版)」を市民の皆様に配布しています。この水害ハザードマップは、ひとりひとりが水害時の安全な避難経路や避難場所を調べて、マップやマイ・タイムラインなどに書き込んでいくことにより、あなたやあなたの家族のための水害ハザードマップとして完成します。

いつでも持ち出せるところに保管して、いざというときに備えてご活用ください。



●マップの内容 防災学習情報、洪水ハザードマップ、内水ハザードマップ、避難活用情報

●マップの配布 防災危機管理室(本庁舎4階)、河川課(小仙波庁舎2階)、事業計画課(上下水道局2階)、市民センター

《芳野地区保健推進員だより》

健(検)診を受け、生活習慣病の早期発見や予防をしましょう

健(検)診を受けることは、ご自身の身体の変化を知るきっかけとなります。川越市の死因の上位であるがん、心疾患、脳血管疾患による死亡割合は約半数(49.6%)を占めています。これらの疾患の多くは糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病が危険因子と言われています。生活習慣病の多くは自覚症状が現れにくいため、気づかないうちに進行し、気づいた時には重症化していることも少なくありません。

健(検)診を受けることでご自身の健康状態に早く気づき、対策することで、重大な病気を防ぐことにつながります。健(検)診後は結果を確認し、基準値を外れる値が出た場合は生活習慣の見直しを行いましょう。

生活習慣病は過食や運動不足、喫煙や飲酒などが発症に影響を及ぼします。検査結果を踏まえて日頃の生活を振り返り、生活習慣の改善に努めましょう。さらに、「要精密検査」や「要治療」の項目がある場合には自覚症状が無くても医療機関を受診しましょう。



川越市保健推進員協議会芳野支会
(川越市健康づくり支援課)



公民館からのお知らせ



◇7・8・9月の休館日 ◇公民館の利用申込み
7月21日(月)海の日 【9月分】 先着申込み(6コマまで) 8月1日(金)~7日(木)
7月29日(火)館内整理日 先着申込み(制限なし) 8月8日(金)~
8月11日(月)山の日 【10月分】 抽選申込み(4コマまで) 8月1日(金)~25日(月)
8月22日(金)館内整理日 先着申込み(6コマまで) 9月1日(月)~7日(日)
9月15日(月)敬老の日 先着申込み(制限なし) 9月8日(月)~
9月23日(火)秋分の日
9月24日(水)館内整理日



インターネットによる人権侵害をなくしましょう

インターネットにより、情報の収集・発信やコミュニケーションにおける利便性が大きく向上するなど生活が便利になる一方で、匿名による書き込みが可能なことを悪用して、個人の名誉やプライバシーを侵害するなど、人権に関わる問題が発生しています。

インターネット利用者一人ひとりが、人権に関する正しい理解を深めるとともに、インターネットを悪用することなく、お互いの人権を尊重した行動をとることが必要です。