



健診センターニュース

台風対策は何をすればいい？



今年のお盆に近畿を縦断した台風7号は、舞鶴市各地に浸水や土砂崩れなどによる被害を及ぼしました。台風の多くは7月から10月頃にかけて日本に上陸しますが、地球温暖化の影響で数が増え勢力は増大傾向にあることから、台風対策が重要視されています。事前準備も含めて台風がきたときに適切に対応できるよう平常時から自宅内・外でできる対策をして、自身や家族を守り台風による被害を最小限に抑えましょう。



普段からできることは、①自宅周辺の掃除と点検「排水溝が落ち葉などで塞がっていないか」「屋根瓦や塀が崩れやすくなっていないか」。②ハザードマップで確認「自宅近くに洪水が起こりやすい河川はないか」「低地や急斜面で土砂災害や水害のリスクはないか」「内水氾濫や高潮のリスクはないか」。③緊急時に備えて家族で避難場所や避難経路、連絡手段などを決めておく。④警報・注意報の意味や警戒レベルについて理解しておく。⑤非常持ち出し袋の整備(飲料水の目安は1人1日3リットル)(温めずに食べられるレトルト食品やパン)。⑥停電に備えて、カセットコンロ、モバイルバッテリーや家庭用発電機を準備しておく。

台風が来るとわかったら、①雨戸や窓をテープで補強しましょう(窓ガラスに飛散防止フィルムを貼っておくのも効果的)。飛ばされそうなものは固定するか家の中に入れておきましょう。②浸水しやすい場所では貴重品や家電は2階へ持って行くか、高い所へ移動してコンセントは抜いておきましょう。③浴槽に水を貯めておくこと生活用水として利用できます。④車のガソリンは満タンに、スマートフォンはフル充電しておきましょう。

台風が接近してきたら、①不要不急の外出はしないこと、川や用水路など危険な場所には近付かないようにして、避難はタイミングを逃さず早めにしましょう。②台風情報をこまめにチェックして、外出先から早めに帰宅しましょう。③シャッターや雨戸、カーテンを閉めましょう。

台風が通過したあとは、安全に配慮して自宅周辺の被害状況を確認し、可能な範囲で被害場所の写真を撮りましょう。市から罹災証明書を取得して支援を受ける際や、損害保険を請求する際に役に立ちます。

近年、日本各地で発生している集中豪雨。発生した地域では、浸水被害や土砂災害、道路の陥没など深刻な災害に見舞われています。集中豪雨はいつどこで起こるか予測ができないため、「明日は我が身」と考え日頃から備えておきましょう。

***舞鶴市は、市民が自由に土のうを取り出せる「土のう置き場」を市内4ヶ所(平ちびっこ広場・土木管理センター・西舞鶴駅東口駐車場・加佐公民館)に設置しています。**



お月見の由来

平安時代に中国より伝わったとされている「お月見」。ススキを飾ったり、お団子をお供えしたりすることに意味があることをご存じでしたか？

お月見は「十五夜」とも呼ばれ、1年の中で最も明るく丸い満月を見ることができるとのことです。

ススキをお供えする意味は諸説ありますが、一つ目は切り口の鋭さから「魔除け」の意味があり、ススキを飾ることで病気をしないと伝えられています。二つ目は「稲穂の代用」という意味があり、お月見の時期はまだ稲穂の実がなっていないことから、稲穂の代用としてススキを飾ることで豊作を祈るものとされていました。お団子に関しては、満月と同じく丸いお団子をお供えし、

食べることで、健康と幸せが得られると考えられています。ちなみにお供えするお団子の数は、十五夜にちなんで15個が一般的です。

今年の十五夜は、9月29日(金)です。現代の忙しい日々の中で、お月見のための準備を整えて、ゆったりと月を愛でることは、とても贅沢なことかもしれません。だからこそ、昔の風習にならってお月見をする意義があるのかもしれないね。週末ですし、ゆっくりときれいな満月を眺めて特別な夜を過ごしてみませんか。



健診センターからのお知らせ

—新型コロナウイルス感染症対策について—

平熱を知るため1週間程度検温してご来院ください。発熱、感冒症状、息苦しさ、強いだるさ、下痢などの症状がある又は続いている場合や2週間以内に感染流行地に行かれた方は、受診していただく事ができません。来院できない場合は健診センターまでご連絡ください。感染予防のため、マスク着用、手洗い、換気等にご協力ください。

健診のご予約・お問い合わせは
下記までお気軽にお電話ください。

624-0906
舞鶴市字倉谷427 健診センター
TEL (0773) 75-1920
FAX (0773) 75-7380
月～金 8:30～17:00
(土・日・祝日・年末年始12/29～1/3・創立記念日6/1休)

