

9月1日は「防災の日」

9月1日が「防災の日」として制定された経緯は、関東大震災が発生した日であること、もうひとつに台風災害が発生しやすい時期であることから、「国民の一人一人が地震、津波、台風、高潮などの災害について、認識を深め対処する心構えを準備しよう」との意味が込められています。近年の局地的集中豪雨により都市の排水機能雨量をはるかに超えてしまい、市街地でも浸水被害の発生する可能性が予測されます。警報発令時は、積極的に情報の入手に努め、特別警報発令前に「自らの命を守る行動」はなにかを常に考えておくことが重要です。

また、過去に災害が少ない地域ほど防災意識が低い傾向があり「自分の所は大丈夫」という油断をなくしましょう。

最後に、近い将来起こると予測されている南海トラフ巨大地震から身を守るために、以下の備えを普段から心がけ、いざというときに適切な行動ができるように日ごろからよく考えておきましょう。

- 日ごろからの備え**
- 1 あわてず行動できるように家族と日ごろから話し合う
 - 2 地域の防災訓練やシンポジウムに積極的に参加する
 - 3 家具などの転倒防止、家の耐震対策

転倒事故を防ごう

毎年、高齢者を中心に転倒事故により、多くの人が救急搬送されています。原因の多くは家の中にある小さな段差や階段などです。特に高齢者は若い人と比べ、重症化のリスクが高く、転んだ際の骨折などから寝たきりになってしまうこともあり、細心の注意が必要です。

- 事故防止の注意点**
- 1 立ち上がるときは、近くのものしっかりとつかまりましょう。
 - 2 着替えるときは、無理をして片足立ちせずに腰掛けましょう。
 - 3 コード類は、壁際に寄せてつまずきを防止しましょう。
 - 4 体力の向上に努め、すり足を改善しましょう。
 - 5 乗り物に降りる際は、足元の段差に気を付けましょう。
 - 6 自転車で段差を越えるときは、急がずに慎重に乗り越えましょう。
 - 7 エスカレーターに乗るときは、しっかりと手すりをつかみましょう。
 - 8 雨の日はマンホールのふたなど、滑りやすいものに気を付けましょう。
- 事故防止の注意点を確認する他に、段差をなくすためのスロープの設置や、体を支える手すりの設置など、生活環境を見直すことも重要です。
- 関守口市門真市消防組合消防本部予防

- 策など安全を確保する
- 4 危険箇所や避難場所の確認など防災知識を身に付ける
 - 5 非常用品の備えを万全にする
- 地震が発生した場合の行動**
- 1 落ち着いて身の安全を確保する
 - 2 あわてず火の始末をする
 - 3 すみやかに安全な場所へ避難する（海岸近くにいるときは、とにかく高台や高い建物へ避難）
 - 4 近所と協力し助け合う
 - 5 正確な情報をつかむようにする
- 関守口市門真市消防組合消防本部警備課
TEL 06・6906・1305

9月9日は救急の日

毎年、9月9日は「救急の日」です。また、この日を含む1週間（日曜日から土曜日）を「救急医療週間」といいます。

「救急の日」および「救急医療週間」は、救急業務および救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識高揚を図ることを目的としています。

近年の救急件数は、新型コロナウイルス感染症の影響などにより、一時的な減少傾向には転じたものの、依然として救急車の出勤回数が多いのが現状です。また、119番通報による救急要請が重複することもあり、そのため

健康

市民保健センター
TEL 06・6992・2217

市民総合(特定)健康診査 (事前予約制)

9月1日(水)から開始

令和4年2月28日(月)までの、月・火・木・金と第1水曜日の午後(受付時間：午後1時15分～2時30分)に市民保健センターにて市民総合(特定)健康診査を実施します。

注 祝日、年末年始(12月17日～令和4年1月9日)は除く。

健診会場の混雑を避けるため、事前予約制(各日定員有り)で行います。

予約専用電話
TEL 06・6992・2347

予約申込時間
月～金曜日の午前9時～午後5時30分まで(祝日は除く)

注 市民保健センターの駐車場は地下駐車場(有料)のみです。台数に限りがありますので、無料送迎バス、徒歩、自転車、公共交通機関を利用してください。

▽休日健診
対平日に仕事などで受診できない人
時▽10月10日(日)午前9時30分～10時

に救急車の到着が遅くなり、即時に救急対応できないという非常事態もおきています。

緊急を要する場合を除き、救急車が本来に必要な人のもとへと迅速に向かえるよう、予防救急や適切な救急車の利用をお願いします(当消防組合ホームページに掲載しています)。

関守口消防署
TEL 06・6993・0119

関守口市門真市消防組合消防本部警備課
TEL 06・6906・1305

台風からみんなを守る！
防災の備え

夏から秋にかけては、日本各地で台風や大雨などの自然災害が起こりやすい季節になっています。

では、普段からできる防災対策にはどのようなものがあるでしょうか。

- 1 家の確認をしましょう。
屋根、塀、壁などの点検を日常的に行い、必要があれば補強しておきましょう。
- 2 ライフライン断絶に備えましょう。
断水に備えて飲料水を確保しましょう。浴槽に水を張るなどして生活用水の確保も忘れずに。
- 3 ハザードマップを確認しましょう。
家の近くに洪水のおそれのある河川があるのか、避難場所はどこになるのか

9月健診日および配車表

日	曜	バス行き先
1	水	錦コミュニティセンター前
2	木	大阪国際滝井高校正門前
3	金	守口市役所正面玄関前
6	月	京阪土居駅改札東線路側
7	火	りそな銀行守口支店南側
9	木	府営八雲北住宅前
10	金	北部コミュニティセンター前

9月12日(日)の迎えバス配車は大日サービスコーナー前。発車時間は10:00です。

日	曜	バス行き先
13	月	守口小学校正門前
14	火	八雲東小学校正門前
16	木	守口市水道局前
17	金	大日南公園前
21	火	金田ロボット公園前
24	金	府営金田南住宅案内板前
27	月	府営藤田住宅4号棟広場前
28	火	大久保郵便局前
30	木	大久保中央公園前

注 迎いの発車時間は13:30です。

▽無料送迎バス
市民総合(特定)健康診査実施日および休日健診実施日に、無料送迎バスを運行します。

注 子宮頸がん検診は実施しません。

30分▽10月23日(土)午後1時～2時

▽がん検診、その他の健診など
歯科健診・各種がん検診など、市民総合(特定)健康診査と同時に受診できる検診もあります。がん検診のみの受診もできますので申し込みください。

健康相談

相談内容	相談日		受付時間	場所
	9月	10月		
医師による健康相談	8日・15日(水)	6日・13日・20日(水)	14:00～15:00	市民保健センター さんあい広場「さた」
	22日(水)	27日(水)		
歯科健康相談	成人歯科健診受診時に相談できます。		市民総合(特定)健康診査 受付時間	市民保健センター
保健師による 電話での健康相談	月～金曜日(祝日を除く)		9:00～17:00	

注 最新の情報は市のホームページなどで確認してください。

ニュースポーツを楽しもう

場所	講習会日時	内容
中部エリア コミュニティ センター 体育室	9月12日(日) 12:00～16:00	シャッフルボード スリータッチボール ノルディックウォーク 卓球・ポッチャ

講 市生涯スポーツディレクター **持** 上靴、飲み物
注 体育館入館時は必ずマスクの着用をお願いします。
問 生涯学習・スポーツ振興課 TEL 06-6995-3159

講座・講習

か、必要な情報は事前に収集しておきましょう。

ハザードマップは守口市ホームページで確認できます。以上3点について確認し、来る自然災害に備えておきましょう。

また、台風が接近した際には早めに避難場所へ避難することを心掛け、台風最盛期に避難を開始することは避けましょう。

関守口市門真市消防組合消防本部予防課
TEL 06・6906・1302

