

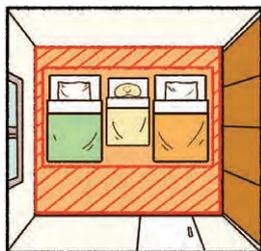


## 年初の今、防災力UPを目指そう！

### 家具の固定

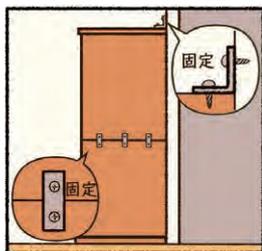
地震によるケガの3～5割は、家具などの転倒や落下が原因です。安全のため、家の中を見直しましょう。

#### 寝室の家具



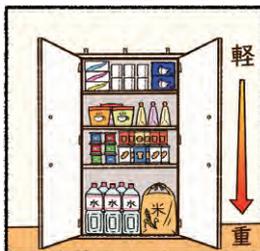
寝室になるべく家具を置かない。置くときは倒れる向きも考えて。

#### 家具の転倒防止



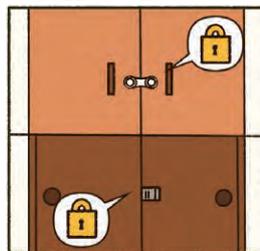
転倒防止金具などで固定して、家具を倒れにくく。

#### 収納の重心を低く



収納は重いものを下にして、家具の重心を低く。

#### 食器棚・窓ガラス



食器棚や窓ガラスにはストッパーや飛散防止フィルムを。



いざという時のために、消火器や懐中電灯はわかりやすい場所に置きましょう。

### 家庭備蓄

ライフラインの復旧には時間がかかります。最低3日～1週間分×人数分を用意しましょう。

普段から少し多めに買って置き、使った分だけ買い足す「ローリングストック」で常に備えましょう。



家族構成や子どもの年齢に合わせ、定期的に見直しましょう。

### 地震・津波 避難訓練



防災マップ

11/7  
(木)

同仁東保育園  
東小学校

12/1  
(日)

高戸地区

日本海溝・千島海溝地震など、今後予想される大地震を想定し、各地で避難訓練が行われました。

自主防災組織や警察、市職員などが協力し、避難場所や経路、避難にかかる時間を確認し、実践的な訓練を行いました。

また、防災品や防災アプリを確認し、防災への意識を高める機会となりました。



この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

**いばらきシニアカード** 提示されたお客様に

毎月 **5.15.25** 日  
(休日のとき翌日に)

**サービス券 5倍**

お茶・海苔・茶道具・お引物類 差し上げます

(株) **大貫園** 〒318-0032 高萩市大和町2-49  
☎ 0293-22-3247

有料広告

合同会社 **千葉建築設計事務所**

設計・工事監理  
(一級建築士事務所)

〒316-0034 茨城県日立市東成沢町3-8-10  
TEL 0294-35-3411  
FAX 0294-36-6878  
E-mail chibato627@world.ocn.ne.jp

有料広告

# 暮らしの情報



## 65歳以上 路線バス運賃 半額助成

助成を受けるには、バスカード（茨城交通）の購入が必要です。

バスカードの出張販売は、下記のとおり。

- ▶日時 1/21(火) 9:30 ~ 12:00
- ▶場所 総合福祉センター
- ▶問合せ 生涯現役推進課 ☎23-1125



## オレンジカフェ・ほのぼの

地域の人・医療・福祉専門家が集まって楽しい時間を過ごします。認知症・介護の相談もできます。

- ▶日時 1/16(木) 10:30 ~ 12:00 ※無料
- ▶場所 松岡地区公民館
- ▶申込方法 下記へ電話で申し込み。
- ▶問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080



## 水道管の凍結に注意

水道管は、気温が低くなると凍結・破損の可能性が高まります。普段使用していない蛇口などは、特に注意が必要です。

給水装置\*が破損した場合、修理費用は使用者の負担となりますので、凍結対策を行いましょう。

\*給水装置とは、市の水道管から分かれて引き込まれた水道管・止水栓・蛇口などの総称。

### ▶凍結対策

- 外から見える管は、保温材・毛布などで保護し、水抜栓がある場合は、水を抜く。
- 水道メーターボックス内に、発泡スチロール・梱包材などを入れて保温する。

- ▶問合せ 水道課 ☎22-3652



## 交通事故（第三者行為）による 病院受診は 被害届出を

交通事故など第三者（自分以外）の行為によるケガで保険証を使って治療を受ける場合は、市民課へ「第三者行為による被害届」の提出が必要です。

### ▶対象例

- 交通事故（同乗中含む）
- 他人のペットにかまれた など

▶対象 国民健康保険・後期高齢者医療制度 加入者

- ▶問合せ 市民課 ☎23-2117

## 農林業センサス

2月1日現在で、全国一斉に農林業の国勢調査といわれる「2025年農林業センサス」が実施されます。



1月上旬から、調査員が全農林業者の皆さんを訪問し、一定規模以上の農林業を行う人に調査票を配ります。

調査へのご協力をお願いします。

- ▶問合せ 総務課 ☎23-2119



## くらし何でも 無料相談

日常生活の悩みや困りごとの相談に、専任相談員が電話で応じます。（秘密厳守）

- ▶日時 月～土 10:00 ~ 17:30（日・祝日除く）
- ▶問合せ ライフサポートセンターいばらき ☎0120-786-184

## 無理なく上手に 冬の省エネルギー

### 省エネのチェックポイント

- 冬の室温は20℃を目安にしましょう
- 見ていないテレビや照明はOFFにしましょう
- 冷蔵庫の設定温度は「中・弱」にしましょう

- ▶問合せ 関東電気保安協会 ☎029-226-3225

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

第一学院独自の「プラスサイクル指導」で  
自分を好きになる、未来が変わる！

■本校通学コース ■Mobile High School（通信）コース

通信制高校（広域通信・単位制）  
生徒一人一から  
**第一学院高等学校 高萩校**

【中学生の方へ】第Ⅱ期「一般入試」案内  
出願期間:1/20(月)~1/31(金)・入試日:2/8(土)

■ご相談は電話・メール・ホームページからお願  
いします。（\*紹介入試は入学金免除）

【転校をご検討中の方】個別相談会「随時受付」  
■高校生活に不安や心配を抱えている方は第一  
学院高等学校で転校の手続きをすれば、同級  
生と同じタイミングでの卒業が目標せます。  
■どうぞお気軽にご相談ください。

TEL 0293-20-5800  
〒318-0001 茨城県高萩市赤浜2086-1  
E-mail: takahagi@daiichigakuin.ed.jp  
URL: www.daiichigakuin.ed.jp 教育相談担当