

災害に備える

災害が起きる前に、自宅が安全かどうかを確認しましょう

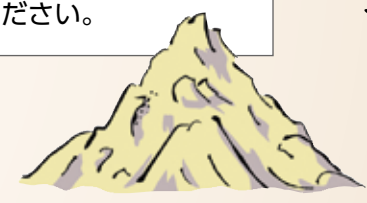
始動。



ハザードマップで自分の家がどこにあるか、確認しましょう。家がある場所に色が塗られていますか？



色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどに住んでいる人は、市からの避難情報を参考に、必要に応じて避難してください。



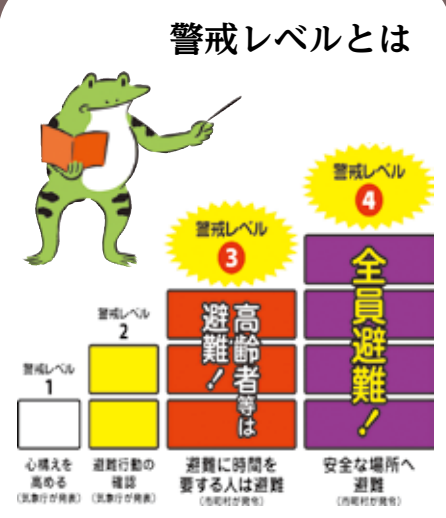
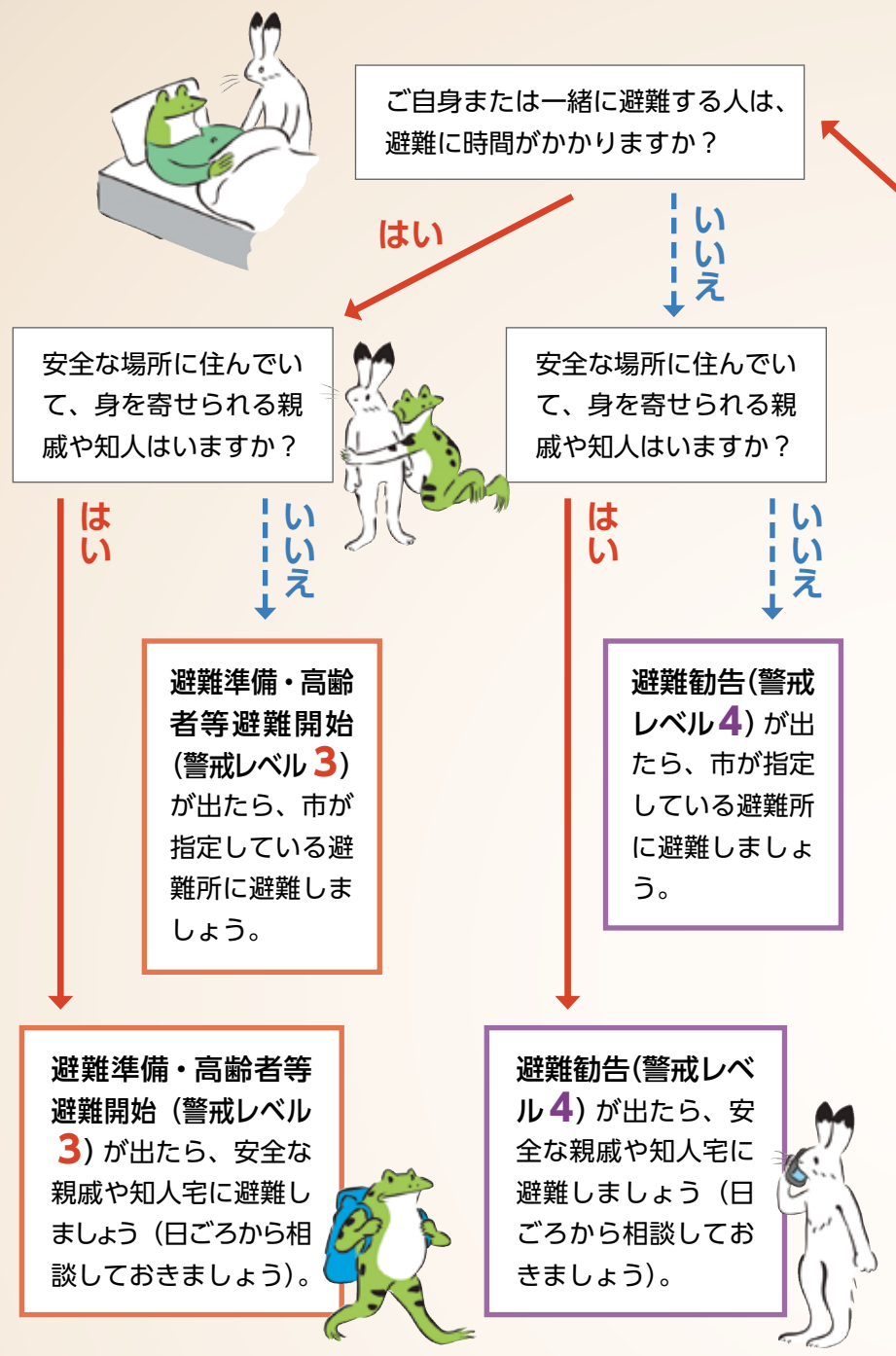
災害の危険があるので、原則として、自宅の外に避難が必要です。

次の場合は、自宅にとどまり安全確保することも可能です。

- ①洪水により家屋が倒壊または崩落してしまう恐れの高い区域の外側である
- ②浸水する深さよりも高い所にいる
- ③浸水しても水が引くまで我慢できる、水・食料などの蓄えが十分にある



← はい
← --- いいえ



警戒レベルは、水害や土砂災害に備えて住民が取るべき行動をお知らせするために5段階にレベル分けしたものです。警戒レベル5は、すでに災害が発生している状況です。

注意
市は、気象庁などが発表する河川や雨の情報のほか、地域の土地利用や災害実績などを踏まえ、総合的に判断し避難情報（警戒レベル）を発令します。気象庁が発表する情報と、市が発令する情報が異なる場合があります。

AM・FMラジオとして利用できます



一家に1台！
防災ラジオが便利です
防災ラジオを無料で貸し出ししています。詳しくは危機管理課まで。

新型コロナウイルス感染症がまん延する中、全国的に災害が発生しています。避難所を開設する場合は、十分な換気やスペースの確保など、できる限りの感染リスク軽減対策を行います。市民の皆さんも事前の準備や避難所への避難が必要かなどについて、平常時に考えておきましょう。

避難時の注意点

避難所

- ・マスク着用の徹底や手洗いなど、基本的衛生対策をお願いします。
- ・避難所が過密になることを防ぐため、やむを得ずほかの避難所に案内する場合があります。その際は、協力をお願いします。
- ・発熱や咳などの病状がある場合は、すぐに避難所の担当者に報告してください。

持ち物

可能な限り持参をお願いします。
食料、飲料水、マスク、消毒液、体温計など

問い合わせ先 危機管理課

☎ 23-3940
☎ 23-3920



避難行動要支援者支援制度

災害時に自力で避難することが困難で、特に支援を必要とする高齢者や障がいがある人など（避難行動要支援者）を、地域の人たちが支援する制度です。市では台風や地震などの災害に備え、避難行動要支援者名簿を作成しています。名簿は、消防や警察、社会福祉協議会、民生委員・児童委員などと共有し、平時の見守りや、災害が発生したときの避難支援や安否確認などに使用します。詳しい内容や登録を希望する人は、問い合わせてください。

問い合わせ先

高齢介護課 高齢者福祉係
☎ 23-3968
社会福祉課 障がい者福祉係
☎ 23-3963
(共通) ☎ 23-3993



9月は「かがわ認知症予防

月間」です



問い合わせ先
 高齢介護課 地域包括支援センター
 ☎25-7791 ☎24-8891

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で、休止している活動もあります。詳しくは問い合わせてください。

認知症は病気によって脳の神経が壊れるために起こる症状や状態のことで、誰でもなる可能性があります。厚生労働省によると、2025年には65歳以上の5人に1人は認知症になるといわれています。認知症が疑われるサインに早めに気づき、早期診断と早期対応が大切です。

65歳以上の5人に1人は **認知症** に



認知症予備軍

厚生労働省「新オレンジプラン」

認知症が疑われるサイン

- 直前にしたことや話したことを忘れてしまう
- 同じことを何度も言ったり、聞いたりする
- 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている
- ささいなことで怒りっぽくなった
- おしゃれや身だしなみに気を使わなくなった
- 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった
- 日付や時間を間違えたり、慣れたところで道に迷ったりするようになった

1つでも思い当たることや気になることがあれば、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してください。

私たちがサポートします

地域包括支援センター職員

認知症かな？と心配になったら



●認知症初期集中支援

認知症が疑われる人の自宅を、専門知識を持つチーム員（医師、社会福祉士、理学療法士など）が訪問し、ご本人や家族の困りごとに対して、専門的なアドバイスを行います。



認知症ケアパス

認知症の人やその家族がいつ、どこで、どのような支援が受けられるかなど、認知症の状態に合わせた適切なサービスの流れを示した手引きです。



●認知症家族の会

認知症の人を介護している家族の皆さんが集まり、語り合う場です。認知症の人が自宅で生活するためには、家族が元気であることが一番です。一人で抱え込まず、一緒に話をしてみませんか。

●本人ミーティング

認知症の本人同士が集まり、自らの体験や本人だからこそその気づき、思いをみんなで語り合う場です。自分たちの暮らしやすい地域について、話し合ってみませんか。

誰もがなり得る病気です

認知症は、脳の病気によって物忘れなどの症状が現れ、日常生活に支障が出ている状態のことです。原因はいろいろありますが、ビタミンやホルモンの異常のように治療で治せる認知症もあり、一人ひとりにアドバイスをしています。認知症にかかったといっても、いきなり病院に行くのは抵抗があると思います。地域包括支援センターや認知症カフェなど、気軽に相談できる窓口があります。不安感やストレスを解消する場としても、気軽に足を運んでください。

香川井下病院副院長
 佐々木 石雄 先生
 (認知症サポート医)



地域で支える人がいます



●認知症カフェ

認知症の人やその家族、地域の人など、誰もが気軽に集える場所です。現在、市内4カ所で開催しています。家に閉じこもらず、ゆっくりお茶を飲みながら、おしゃべりを楽しみませんか。



●認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り続ける応援者です。「認知症サポーター養成講座」(出前講座)を受けると誰でもサポーターになることができ、4,000人を超えるサポーターが市内で活躍しています。



▲市内の小・中学校や地域、企業・お店などでサポーターを養成しています

認知症サポーターの証「オレンジリング」。養成講座を受講するともらえます▶

●おれんじの会

介護予防サポーター養成講座・認知症サポーター養成講座を受講した人が集まり、ボランティア活動をする場として、「おれんじの会」が昨年度誕生しました。現在約100人が活動しています。

活動内容を、かんおんじタウン情報(16ページ)で紹介

●キャラバンメイト

認知症サポーター養成講座の講師を務めるほか、認知症の人や家族が安心して暮らせる地域にするために、認知症カフェや認知症家族会など、さまざまな場面で活動しているボランティアです。市内で27人が活動しています。

地域の立場から認知症の方を支えます

大西 潤 さん
 (Hataくらす所長)

