

ときめき ニュース

社会福祉法人
伊賀市社会事業協会

令和 8 年 9 月 1 日 発行

かしの木ひろば

第 384 号

朝夕の風に少しずつ秋の気配を感じる季節となりました。ふと空を見上げると、夏よりも高く澄み渡り、季節の移ろいを感じさせてくれます。今年は 9 月 19 日(土)から 23 日(水)まで 5 連休となるシルバーウィークがあります。敬老の日や秋分の日が続くこの連休は、お出かけを楽しむのも素敵ですが、いつもより少しゆっくりと過ごし、夏の疲れを癒す時間にするのもいいですね。

まだまだ残暑が残りますが、体調に気を付けながら元気に秋を迎えましょう。



「9 月の予定」

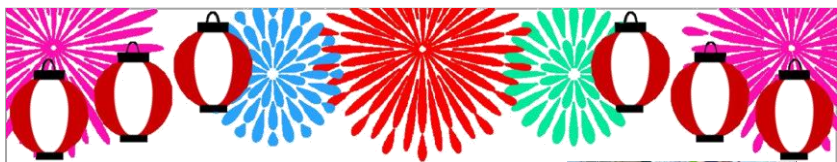


18日(金) 音楽療法♪藤森裕子先生♪
♪宮島真理子先生♪

26 日(土) 土曜開所日



(未定) MY 外出 ランチ(回転ずし)



かしの木ひろば ミニ夏まつり



～地震が発生したときに身を守るには?～

【家の中では】

座布団などで頭を保護し、大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れます。慌てて外へ飛び出さず火が発生した場合には無理して火元に近づかないようにしましょう。



【商業施設などでは】

スタッフの指示に従い頭を保護して姿勢を低くします。ガラス棚や吊り下げ照明から離れ、慌てて出口・階段などに殺到しないようにしましょう。



【エレベーターでは】

最寄りの階で停止させ、速やかにエレベーターから降りましょう。

【屋外にいるときは】

ブロック塀や自動販売機、看板、割れた窓ガラスの破片など落下物に注意し、建物から速やかに離れましょう。



【山やがけ付近にいるときは】

落石やがけ崩れの危険がある場所から急いで離れましょう。

【自動車運転中のときは】

ハザードランプを点灯させながら徐々に減速し、周囲の状況を確認して道路左側に停車させます。エンジンを止め、揺れが収まるまで車内で待ち、揺れが収まったら、ドアをロックせずキーをつけたまま車外に出て、安全な場所へ避難しましょう。

参考：政府広報オンライン 防災・災害対策

災害時に命を守る一人ひとりの防災対策