

御 ONJUKU 宿

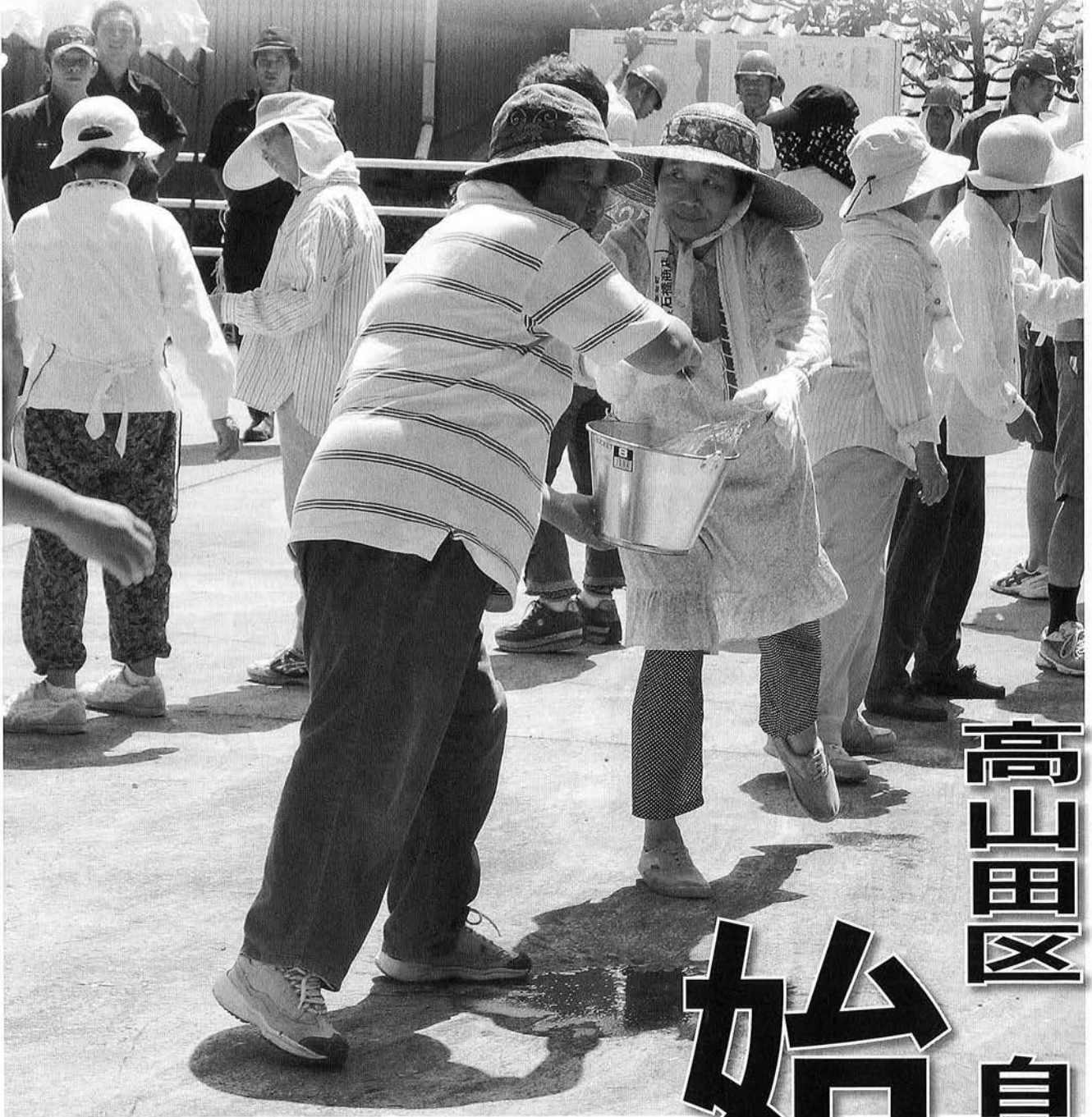
No.509

9月
2005.平成17年



- 2 地域防災の大きな力
- 6 まちの出来事
- 12 再発見

地域防災の大きな力



高山田区 自主防災組織

始動

町内で九つ目の自主防災会となる「高山田区自主防災会」が8月に発足し、9月4日(日)に、防災訓練が行われました。近年、地震や水害が各地で発生しており、8月には宮城県沖でM7.2の地震が発生したことなどから、防災への意識は高く、多くの方が消防団との避難訓練、広域御宿分署の指導による初期消火訓練などに参加しました。

突然やってくる地震

その時にそなえて

町では災害に備え、応急対策や災害予防などを「町地域防災計画」に定め、総合的に防災対策を行なっています。また災害発生時には、消防団、自主防災会と協力し、被害が甚大なときは自衛隊等の協力を得ながら災害復旧にあたります。

しかし、大災害発生直後は、個人の初期対応や、とり近所の協力が被害を最小限にとどめる大きな要因となります。いざというとき慌てずに行動できるよう、日頃から防災知識を身につけ、災害への対策を考えておきましょう。



▲火が出てあわてず初期消火—消火器の点検も大切です

「グラッ」ときたらまずは、身の安全を確保

屋内にいたら

テーブルなどの下に身を隠したり、手近な座布団などで頭を保護しましょう。

揺れが大きな場合は、揺れがおさまってから火の始末をするとともに、ガスの元栓を締め、電気のブレーカーを落としましょう。

割れた窓ガラスや蛍光灯でけがをすることがあります。スリッパなどで足を保護し行動しましょう。

屋外にいたら

ブロック塀、電柱、自動販売機など倒れてくる危険のあるものから離れましょう。

手荷物などで窓ガラスや看板などの落下物から頭を守り、広場などへ避難しましょう。



▲応急処置—正しい処置方法を身につけましょう

隣人、地域との助け合い

初期対応ができたなら、近所の安否を確認するとともに、災害の状況に応じて、町指定の避難場所等への避難を考えましょう。

また、事前に自主防災組織等により、一時的に身の安全を守るための身近な一時避難場所を決めておくなど、日頃から地域で助け合える体制づくりに努めましょう。

日頃の備えは大丈夫？

避難する際に必要となる持ち出し品（3日分程度）をあらかじめわかりやすいところにまとめておきましょう。

また、普段から災害時の避難場所について家族で話したり、家具の転倒や落下物の防止に心がけましょう。

正しい情報を入手

地震の直後は、不安や期待、先入観から間違った情報がながれることがあります。噂に惑わされないよう、テレビ、ラジオ、防災行政無線から正しい情報を入手することが大切です。

防災行政無線が故障したときや新規に購入される方は町総務課消防防災係までお問い合わせください。



火災や町行事のお知らせだけでなく、災害時の情報源となりますので、故障の原因となるホコリは除いておきましょう

家庭から始まる防災

花ちゃんの防災訓練



花子

「お母さん。明日、小学校で地震が起きたときの避難訓練があるんだ。」

母

「あら、そう。地震はいつ、どこで、起きるか分からないから、日頃の備えが大切よ。」

花子

「じゃ、家でお昼ご飯を食べているときに大きな地震があったら、どうするの。」

母

「まず、食器棚が倒れたり、照明器具が落ちてきたりするかもしれないから、テーブルの下に隠れて、身を守ることね。その後、揺れが弱くなったら火の始末。」



花子

「へー、そうなんだ。そう、そう、避難するときに持ち出す、ラジオや食べ物準備はできているの？」

母

「ちゃんと、下駄箱の横に、リュック（※1）に入れて置いてあるわよ。」

花子

「さすがお母さん。」

母

「大きな災害があったときは、これを持って、一時避難所の区民館に行けば、近所の人がいるはずよ。」

花子

「災害のときは、みんなで助け合うことが大切だね。」

母

「そーよ。それに、もし町の避難場所（※2）に移動しなくちゃならないときも、近所が一緒の方が心強いものね。」

※1 非常持出品

- ・非常食 カンパン 缶詰 インスタント食品 飲料水 など
- ・生活用品 懐中電灯 ライター（マッチ） ナイフ（缶きり） 洗面具 タオル テッシュペーパー 軍手 など
- ・衣類 下着 雨具 長袖の衣類 など
- ・貴重品 預金通帳 印鑑 保険証 など
- ・その他 医薬品類 ラジオ 寝袋 シート類（敷物） など



花子

「本当。よーし。明日みんなに教えてあげよ。」

母

「そんなときは、171番に電話（※3）すると、わたし達のことを伝言できるのよ。」

花子

「うん。でも、お父さんは、会社でわたし達がどうなっているか、心配だろうな。」

消防団員募集 あなたも消防団に入りませんか？

消防団員の訓練は、身近で火事が起きても初期消火に必要な知識を習得できるなど、自分自身にいつ起きるか分からない災害から家庭、家族を守る手段も身につけられます。

また、引越して来て、地元の同世代の人と接する機会がなかった人が、消防団に入って新しい仲間ができたりと、消防団は、社会への貢献と同時に個人の人生を豊にしてくれるチャンスにもなっています。

お問合せ先

総務課

消防防災係 68-2511



※2 町の避難場所

避難場所	所在地	電話番号
御宿小学校	久保2085	68-2009
御宿中学校	新町68	68-2101
岩和田小学校	岩和田1075	68-2254
布施小学校	上布施909	68-2437
勝浦若潮高校 御宿校舎	久保1528	68-2911
実谷区民館	実谷586	68-5970
岩和田青年館	岩和田788	68-4392
新町児童館	新町419-6	68-4542
公民館	久保2200	68-2947
海洋センター(B&G)	久保1135-1	68-4143
サンドスキー場	岩和田1354	
八坂神社	須賀525	
御宿台グラウンド(ドクターヘリ発着場所)	御宿台29-1	

については、津波発生時の一時的な避難地

※3 災害用伝言ダイヤル「171」

大規模災害が発生したときに、被災地とその他の地域を結ぶ「声の伝言版です」。被災した人達が録音した安否に関する情報を、他の地域から聞くことが、可能です。



ボタンの多さにビックリ!!

「水の1日」体験教室

水がどのようにして作られるのかを親子で学ぶ体験教室が8月19日に町浄水場で行われました。浄水場やダムに入った子ども達は、はじめて見た水を作る機械などに興味を持ち、町職員の説明にも真剣に耳を傾け、水がどのくらい大切なのかを肌で感じたようでした。



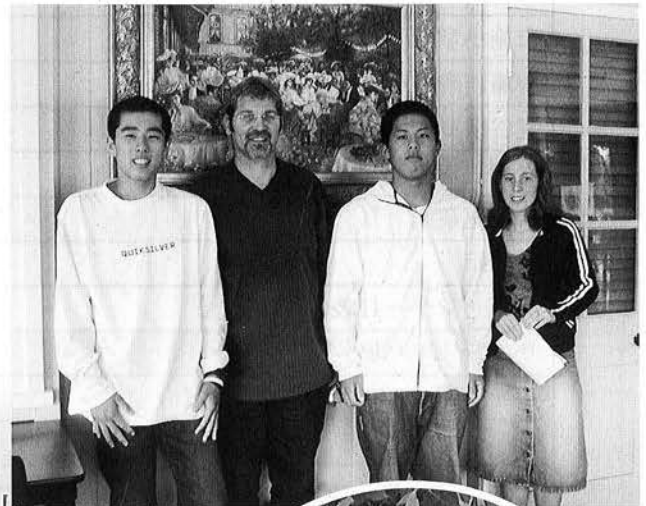
ま ち の 出 来 事

Town Report

習った英語で地球の裏側へ

中学生オーストラリア研修

今回で9回目を数える御宿中学校2年生によるオーストラリア研修が8月16日から25日まで10日間の行程で行われました。28人の生徒が参加し、地元中学生との交流や英会話の授業、市内観光のほか、ホームステイなど短い期間でも貴重な時間を過ごすことができました。





真夏の激戦

2005ビーチバレーボール
・ムーンカップIN御宿

御宿中央海岸で「2005ビーチバレーボール・ムーンカップIN御宿」が8月20日から22日の3日間で行われました。

天候にも恵まれ、毎年恒例となったこの大会は今回で11回目。402チームが参加しました。一般混合の部では過去最多の参加チームとなり、熱戦が繰り広げられ、この部門を制したチームには千葉県知事賞が贈られました。

楽しく学ぶリサイクル

アース・レンジャーJr.

夏 休みが終わろうとする頃、アース・レンジャーJr.によるリサイクル工作が行われました。

この日は小学生18名が集まり、講師（千葉県環境アドバイザー：永島輝代さん）の指導により、ペットボトルでスペースシャトルやフクロウの形をした貯金箱を作り、工作を楽しみながらゴミの減量化を学びました。



実るほどこうべを垂れる稲穂かな

ふれあい農業



町内の各小学校5年生による「ふれあい農業」の稲刈りが行われました。

5月に田植えを行い、この日を待ちわびていたようですが、台風の影響で稲穂も垂れげみ。でも初めて自分たちの手で鎌を使っての稲刈りはとても楽しそう。かゆくなるはずなのですが、楽しさのあまり、爪をたてる児童はいませんでした。

11月には獲れたお米で収穫祭。今からがとても楽しみです。

町の動き

【8月】

1日(月)～3日(水)

海と山の子交流会

4日(木) 花火大会

6日(月)・13日(土)

バラソルマーケット

7日(日) アームレスリング大会

16日(火)～25日(木)

御宿中学校海外研修

20日(土)・22日(月)

ビーチバレーボール大会



厚生労働省千葉労働局から お知らせ

石綿が引き起こす病気は、肺がん・石綿肺・中皮腫などがあり、マスコミなどで大きく報道されています。夷隅郡市においても過去に自動車部品などの石綿製品を製造していた会社があり、そこで働いていた方々の健康不安が生じています。そこで石綿による健康影響に関する説明会を以下の内容で開催します。石綿製品を製造していた会社で働いていた方で健康に不安をお持ちの方は参加されますよう、お知らせします。

石綿健康障害に関する説明会

日時 平成17年10月7日(金) 午前10時から
場所 御宿町公民館 (御宿町久保2200)
説明内容 ①加藤繁夫 元千葉労災病院副委員長の講演
②健康管理手帳、その他について

(厚生労働省千葉労働局、千葉産業保健推進センター 共催)

10月1日は国勢調査

配られた調査票は、表面・裏面がありますので、該当する部分を鉛筆又はシャープペンでご記入ください。

国勢調査調査票

この調査票は、統計局からの調査票ではありません。お手持ちの調査票を記入してください。

氏名及び男女の別

世帯主との続柄

出生の年月

配偶者の有無

国籍

世帯員の数

住宅の建て方

住宅の床面積の合計(延べ面積)

国勢調査は、国内に住んでいるすべての人を対象として行うもので、行政の基礎となる人口・世帯の実態を明らかにする、国の最も基本的な統計調査です。

町でも、御宿にお住まいの方を漏れなく、正確に調査をする必要がありますので、ご協力をお願いします。

また、出張や旅行などで、10月10日までの長期間、留守にされる場合や調査票が配布されていない場合は、**企画財政課統計係 TEL0470-68-2512**までご連絡ください。

【調査内容】

氏名、男女の別、世帯主との続柄、配偶者の関係、国籍、就業状態、就業時間、所属の事業名及び種類、従業地又は通学地

2005 **国勢調査**
平成17年10月1日(土)



※調査員をはじめ調査関係者は、調査票の記入内容を他にもらすことを、法律で硬く禁じられています。また、調査票の記入内容を統計以外に使用することはありません。

基本健康診査の結果活用方法について

健康ワンポイント

今年の5月に実施した基本健診受診者は1,122名でした。町の基本健診受診者は年々増加していますが、皆さんは健診を「受けっぱなし」にはしていませんか？健診は、ただ受けていれば良いのではなく結果を正確に見て自分の生活に反映させることが大切です。そこで今回は健診結果の見方のポイントをご紹介します。

ポイント① 結果は経年的にみていく！

健診データは、身体の状況や生活状況をとっても正確に現しています。身体に良くない生活習慣の積み重ねで起こる生活習慣病（高血圧症や糖尿病など）は初期に健診のデータで異常が発見される他は無症状で進行し、症状が現れたときは重症化しています。無症状の間は、健診データの推移でしかその状況を知ることができないため、健診データを毎年きちんとチェックしていくことが重要になっていきます。過去数年分のデータがあると自分の身体はどのように変化しているのかを知ることが可能です。受診結果データは、毎年捨てずにきちんと保管しておきましょう。具体的な見方が分からない場合は、保健師・栄養士にご相談ください。

ポイント② 総合判定結果をきちんと見よう！

総合判定結果は5段階に分かれています。

「異常なし」	健診では、異常所見はみられなかった。定期的に健診を受けましょう。
「要指導 a」	生活上での注意が一番大切。健康管理に注意して各種健康教室・健康相談等を積極的に活用し経過をみましょう。来年も必ず健診を受診しましょう
「要指導 b」	“放っておくと発病しますよ”という警戒信号です。更に詳しい検査をする必要とする場合が多いので医師・保健師等の指導を受けて経過をみてもらいましょう。
「要医療」	結果に異常と思われる部分があったので医療機関を受診し、速やかに治療しましょう。良く指示を守り定期的な検査治療を受けましょう。
「治療中」	継続して治療を受け医師の指示を守りましょう。（原則として町の健診ではなく、かかりつけ医師のもとで健診を受けましょう。）

町では、「要医療」の判定の方でも実際の医療機関受診は、3割にも満たないという実態があります。健診で発見された身体の危険信号ですので「要医療」判定が出たら必ず医療機関で受診しましょう。

ポイント③ それぞれは、それほど高くない値でも…メタボリック・シンドローム

メタボリック・シンドロームとは、ウエストまわりが太くなる「りんご型肥満（内臓肥満）」の人が、軽度でも「高脂血症」「高血圧」「糖尿病」といった生活習慣病を1人で2つ以上もっている状態をいいます。本人には、自覚症状がありませんが、放っておくと動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳梗塞などの致命的な疾患の危険性を高めるのです。総合判定結果とあわせて注意しましょう。

①内臓脂肪蓄積	ウエスト周囲径 男性85cm以上・女性90cm以上
②血清脂質	中性脂肪（トリグリセリド）値150mg/dl以上またはHDLコレステロール値40mg/dl未満
③血圧	収縮期血圧130mmHg以上/拡張期血圧85mmHg以上（一方または両方）
④血糖	空腹時血糖値110mg/dl以上

①に加え②～④のうち2つ以上あてはまれば診断。

ONJUKU

情報報

INFORMATION



お知らせ

「女性学」の公開講座

御宿町公民館では、城西国

際大学との共催により『二十
一世紀を生きる女と男の課
題』をテーマに、五月より五
回にわたって女性学の公開講
座を開催してまいりました。

今回その締めくくりとして、

公民館独自企画による公開講
座を、御宿町在住の鹿野政直
氏（早稲田大学名誉教授）を

講師にお招きして、開催いた
します。たくさんの方々のご
参加をお待ちしております。

▼日時 平成十七年十月二二

日（土） 十三時～十五時

▼会場 御宿町公民館

▼講座内容 「女性史を考える

」市川房枝の生涯を軸にし

城西国際大学との共催講
座テーマ『二十一世紀を生
きる女と男の課題』の背景
となる二〇世紀を生きた女
性たちの活動を、市川房枝
氏のビデオを鑑賞しながら、
講師の鹿野政直氏に語って
いただきます。

▼問い合わせ 受講ご希望
の方は、事前に直接または
電話で御宿町公民館
（TEL六八・二九四七）へ申し
込んでください。会場の関
係で、定員五〇名とします。

再就職をめざす

警備業務講習会

防犯活動を代行する警備業

は、今日、需要拡大の一途を
たどる産業です。この警備業
を支える優秀な人材を確保す
るため、知識・技能はもとよ
り、社会人として立派な人格
識見を備えた警備員を育成す
る講習会を開催します。

▼対象 警備員として就職を
希望する県内在住の五八歳
から六五歳までの方

▼日時 十月二十五日（火）

三一日（月） 十時～十六時

▼会場 千葉フコク生命ビル
会議室（JR千葉駅から徒
歩十五分）ほか

▼定員 四五人（申込多数抽
選）

▼費用 一七〇〇円（テキスト
ト代）

▼申込方法 往復はがきに住
所、氏名（ふりがな）、生年
月日、電話番号、返信用あ
て先を書いて郵送

▼締め切り 十月十二日（水）
必着

▼申込先問い合わせ
千葉市中央区中央四・八・一
（社）千葉県シルバー人材
センター連合会
TEL〇四三・二二七・五一二二

目の愛護デー電話相談

十月十日（月・祝）は「目の
愛護デー」です。千葉県眼科
医学会では、専門医による無料
の電話相談を行います。

▼日時 十月一六日（日） 九
時～一七時

相談専用電話
〇四三・二四二・四二七一

▼問い合わせ 千葉県眼科医
会事務局 TEL〇四三・二七五
・二三五四／千葉県千葉リ
ハビリテーションセンター
TEL〇四三・二九一・一八三一
県健康増進課 TEL〇四三・
二二三・二六六五

3Rに「ごみ」の減量化のため
3Rにご協力を！

十月は、3R推進月間です。
3Rとは、ごみの発生を抑制
する「リデュース」、製品や
部品を再使用する「リユース」、
新たな製品の原材料として再
生利用する「リサイクル」と
いうように、ごみの減量化に
関する3つの言葉のアルファ
ベット「R」の頭文字をとつ
たものです。

私たち一人ひとりが、日常
生活の中でこの3つの「R」
を実行することが、環境への
負荷を軽減させ、資源循環型
社会へ向けた第一歩となりま
す。

たとえば、買い物の際は、
マイバッグを持って、レジ
袋の「リデュース」を実践し

てみませんか。また、フリー
マーケットやバザーを活用す
ることは「リユース」となり、
資源化できるごみを地域の分
別ルールに従い排出すること
は「リサイクル」となります。
「もつたないない」を合い言葉
に、3Rの推進にご協力をお
願いします。

▼問い合わせ 県資源循環
推進課 TEL〇四三・二二三・
二七五八

骨髄バンクの推進月間

十月は骨髄バンク推進月間
です。骨髄移植は、白血病な
ど血液の病気を治すために有
効な治療法です。患者と提供
者との白血球の型の一致が必
要ですが、その確率は非常に
低いいため、まだたくさんの方
が骨髄移植を受けられずにい
ます。より多くの患者さんが
移植を受けられるよう、骨髄バ
ンクへの登録をお願いします。

▼登録窓口（予約制） 長生健
康福祉センター（長生保健所）
TEL〇四七五・二二・五一六七

▼問い合わせ 県業務課
TEL〇四三・二二三・二六一四



—救急隊と連携—


空中の救命医療 ドクターヘリ

御 宿台の中央公園はドクターヘリの離着陸地として指定されています。
平成13年10月から千葉県ドクターヘリ事業が開始されました。

症状により現場の救急隊、又は119番通報の内容によっては消防の通信司令室からドクターヘリの出動が要請されます。要請とともにドクターヘリが出動し、その一方で救急車は現場に最も近い臨時ヘリポートへ向かいます。患者の症状や臨時ヘリポートの場所など上空と地上でお互いに連絡を取り合い、迅速な救急活動を行います。

ドクターヘリは、救急専用の医療機器等が装備され、救急医療の専門医と看護師が同乗しています。医療機関に搬送する間に、速やかな救命医療を開始できることや、高度な医療機関への迅速な収容が可能となることで、重症救急患者の救命率の向上が期待されます。

発行：御宿町 発行責任者：井上 七郎 編集：企画財政課 電話：0470-68-2511(代)
住所：〒299-5192 千葉県夷隅郡御宿町須賀1522 ホームページ：<http://www.town.onjuku.chiba.jp/>

 ※この広報紙は古紙配合率100%の再生紙を使用しています。