

年末年始のごみと資源物の収集日程

**12月31日(火)から1月3日(金)まで、
収集はお休みさせていただきます。**

- 年末も、ごみと資源物の分別と減量にご協力をお願いします。
- ごみと資源物は、各収集日の **朝8時まで**にお出してください。
(年末年始の期間は、通常と収集時間が変わることがあります。)
- 収集がお休みの日は、ごみと資源物を絶対に出さないでください。
- 分別されていないものは収集できません。



横浜市資源循環局マスコット イーオ

収集日程を
お確かめの為、
ルールを守って
お出してください。



燃やすごみ・燃えないごみ
スプレー缶・乾電池

プラスチック製容器包装
またはプラスチック資源

缶・びん・ペットボトル
小さな金属類

		燃やすごみ・燃えないごみ スプレー缶・乾電池	プラスチック製容器包装 またはプラスチック資源	缶・びん・ペットボトル 小さな金属類
12月	28日(土)	通常の曜日どおり収集します		
	29日(日)	収集はお休みです		
	30日(月)	通常の曜日どおり収集します		
	31日(火)	収集はお休みです		
1月	1日(水)	収集はお休みです		
	2日(木)	収集はお休みです		
	3日(金)	収集はお休みです		
	4日(土)	通常の曜日どおり収集します		
	5日(日)	収集はお休みです		
	6日(月)	通常の曜日どおり収集します		

※ 古紙・古布等の、「資源集団回収」の日程については、
実施している自治会・町内会等か、回収業者へ直接お問合せください。

粗大ごみの申込み

電話でのお申込みは12月31日(火)から1月3日(金)までお休みします。



横浜市 粗大ごみ
2次元コード

※12月のお申込みは特に混み合い、
年内の収集にお伺いできない場合がございます。

← 粗大ごみのお申込みについてはこちらから
又は、インターネットで「横浜市 粗大ごみ」と検索

12月30日正午から1月3日までに申し込みされた方への返信(収集日等のお知らせ)は、1月4日以降になります。



高額な料金の請求も!? 分電盤の無料点検に注意!



「分電盤の無料点検をする」と突然訪ねてきた事業者に点検を依頼した。「火災の恐れがあり交換が必要!」と言われ、慌てて15万円の工事を契約してしまった。

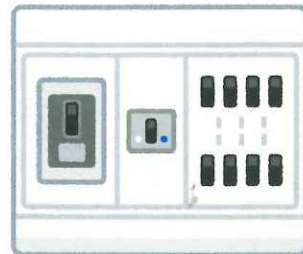
(相談者:80歳代 女性)

「自治会の委託で分電盤の点検に来た」と点検は義務だと思わせたり、「交換せずに発生した火災には保険がおりない」などと不安をあおって契約をせかす場合もあります。契約を勧められてもその場ですぐに契約せず、点検や機器交換が必要か不安な時は、契約先の電力会社等に相談しましょう。



トラブル防止のポイント

- ☑ 突然の訪問点検には安易に応じない!
- ☑ 身分証の事業者名などを確認する!
- ☑ 複数社から見積りを取り、検討する!



GREEN×EXPO 2027 開催777日前イベント

GREEN
×
EXPO
2027
YOKOHAMA, JAPAN

いちご収穫体験 参加者募集

2025.2.1(土)

① 10:00 - 10:45

② 11:15 - 12:00

※荒天中止

概要

申込方法

◆ 応募期間：

令和6年11月29日(金)～12月20日(金)

◆ 応募方法：郵送、メール、
電子申請、FAXのいずれか

◆ 応募先：

【郵送】

〒246-0021 瀬谷区二ツ橋町190
瀬谷区役所区政推進課 企画調整係 宛

【メール】

se-kikaku@city.yokohama.lg.jp

【FAX】

045-365-1170

◆ 申込内容：

住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加者の年齢、希望する参加回(①or②)参加する方の人数、(大人、子どもそれぞれの人数)、3歳未満の参加人数

◆ 対象：瀬谷区にお住まいの方

◆ 会場：上瀬谷町内のイチゴハウス

※参加者のみ実施場所をお知らせします。

◆ 費用：無料

◆ 定員：16組 (各回8組)

◆ 体験内容：20分食べ放題

10分お土産用摘み取り体験

【留意事項】

※応募多数の場合は抽選。結果は令和7年1月上旬頃に通知します。

※1組の人数上限：大人2人までまたは大人1人と子ども2人まで

※中学生以下のみの参加は不可。保護者の方と一緒に申し込みください。

※子どもは3歳以上小学生以下とします。3歳未満は人数に含まれません。

※応募は①、②またはどちらかのみとなります。両方の回には申込できません。

※会場までは、公共交通機関又は自転車でお越しください。

※配慮が必要な方は申込時にご連絡ください。

お申込はこちら



詳細はこちら



主催：横浜国際園芸博覧会瀬谷区推進協議会、瀬谷区役所
協力：旧上瀬谷通信施設まちづくり協議会 農業振興部会
問合せ先：瀬谷区区政推進課 TEL045-367-5632

GREEN×EXPO 2027 瀬谷応援プログラム



花壇をつくって

瀬谷を花でいっぱいにして！



第2期

花苗等を無料配布します！



「花・緑」はGREEN×EXPO 2027(2027年国際園芸博覧会)の開催テーマの一つです。
みんなで花や緑に親しみながら花壇をつくり、
開催区である瀬谷を花でいっぱいにして盛り上げませんか？

花壇づくりのために無料で配布するもの

1 花苗

1団体につき5ケース※
までお配りします。
(※1ケース24苗です)
お配りは
ケース単位となります。

お花(予定)
・パチュニア
・デージー
・ガザニア
※種類は選べません

2 缶バッジ

1団体につき30枚が上限です。

花壇をつくるときに着用
してみんなでPR！

その後も身の回りの
小物などに着用して
PRしましょう！



3 花壇用プレート

1団体につき1枚お配りします。

整備した花壇に掲示して
GREEN×EXPO 2027をPR！



※応募多数の場合は抽選となります
※なお、第1期で落選となった団体を優先させていただきます

スケジュール

募集: 令和6年11月27日～12月26日

配布: 令和7年3月下旬予定

申込先

郵送
・
持参

メール

〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町190
瀬谷区役所3階 37番窓口
横浜国際園芸博覧会瀬谷区推進協議会事務局

se-suishinkyo@city.yokohama.lg.jp

件名:【申請】花苗の譲受について(〇〇(団体名))

- 申込方法はメール・郵送・持参によります。
- 持参の場合:土曜日、日曜日及び祝日を除く(午前9時から午後5時まで)
- 郵送の場合:簡易書留により、当協議会事務局に到達した日を受理日とします。

詳細は
ホームページをチェック！



対象

- 団体でのお申込みをお願いします。
(個人でのお申込みはできません)
- また、以下を目的とした活動をする団体はお申込みができません。
①宗教活動、②政治活動、③選挙活動
- 花壇づくりは瀬谷区内での実施が必要です。



せやまる

申請方法

1. 準備する書類

- | | | | | |
|---------------------|---------------------|--------------------|------------------|-----------------|
| 1
利用申請書
様式第1号 | 2
事業計画書
様式第2号 | 3
団体調書
様式第3号 | 4
団体の
役員名簿 | 5
団体の
規約等 |
|---------------------|---------------------|--------------------|------------------|-----------------|

様式ダウンロードは
こちらから！



申請プログラムは
 プログラム3 花苗の譲受 に をつけてください

2. 手続きの流れ

1	書類1~5を 提出してください		郵送 〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町190 持参 横浜国際園芸博覧会瀬谷区推進協議会事務局	メール se-suishinky@city.yokohama.lg.jp 件名:【申請】花苗の譲受について(〇〇(団体名))
2	推進協議会から 承諾または不承諾通知を 送付します		1月下旬発送予定です 受取日等の詳細についても ご案内します	
3	指定する受取日に 花苗等の受け取り 場所:瀬谷土木事務所駐車場(予定)		ケースでのお渡しとなるため お車でお越しいただくことを 推奨します	
4	各地域団体で花壇づくり			
5	事業実績報告書類の提出 提出先は 1 と同じです	① 事業報告書 様式第6号 ② 実施状況 報告書 様式第7号	花壇づくりのようす・完成した 花壇のお写真等のご提供を お願いします。 <small>※いただいた写真は今後の広報に使用させて いただきます。予めご了承ください。</small>	

GREEN×EXPO 2027 瀬谷 応援プログラムとは？

開催地の地元・瀬谷で皆様が行う
機運醸成の取組を
当協議会が支援します。

右のロゴの使用・当協議会HPでのPR
もあわせてご活用ください！



詳しくは右の二次元コード
または
【瀬谷応援プログラム】
で検索🔍



県民のまもり

KANAGAWA PREFECTURAL POLICE



発行 令和6年12月
神奈川県警察本部
総務部広報県民課
電話 045-211-1212

第319号



<https://www.police.pref.kanagawa.jp/>

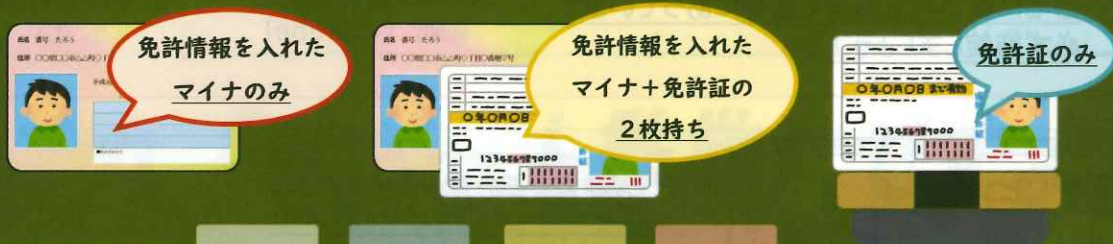
令和7年3月24日からの

マイナンバーカードと運転免許証の一体化手続きについて

マイナ免許証って何が変わるの？

- ① マイナカードに免許情報を入れ、免許証として使えます
 - これから免許を取る人
 - 既に運転免許証を持っている人

免許情報を、マイナカードに記録できるようになります。
- ② 申請者の希望で、3つの持ち方から選べます



マイナ免許証のみ
にすると
いいことって？

住所等の変更のワンストップ化

「マイナ免許証のみ」を持つ場合には、マイナカードの署名用電子証明書やマイナポータルを利用して記載事項を正しく届け出てあれば、従来は別途必要だった、**運転免許証の本籍、住所、氏名及び生年月日を変更する時に届出が不要**となります。

マイナ免許証は
こんなことも
できます

運転経歴情報の記録

「マイナ免許証」を保有する、無事故・無違反の「優良運転者」と、軽微な違反のみの「一般運転者」が免許の更新を行う場合、パソコンやスマートフォンなどオンライン上で更新時講習を受講することができます。



マイナ免許証の保有には、

有効期間内のマイナンバーカードが必要です。

もっと



自動車等を運転するときは、

運転免許証またはマイナ免許証の

いずれかを携帯することが必要です！

「県民のまもり」は、神奈川県警察ホームページでもご覧になれます。



わずかな時間でも、鍵は絶対にかけよう！
抜き忘れにも注意してねっ

ワイヤー錠などで「ダブルロック」
すると、盗まれにくいぞ！



自転車盗が多発しています！

カギかけてよー
悪い人につれて
いかれちゃうよー



自宅に置いた自転車も被害にあっています。
必ず施錠しましょう！

もっと詳しい情報や、他の防犯情報はこちらから



自転車盗被害防止
動画 (youtube)



犯罪抑止対策室
公式X

ピンポン♪

はい、
どなた？

先ほどお電話した
銀行の者です

あなたのカードは古い
ので、お預かりして
取り換えてあげますね

ささ、カードを

お札も、旧札はもう使えませんが、
新札と取り換えてきましょうか？

あらあ
ご親切に



特殊詐欺対策は

相手の肩書も疑って!

ちょっと待った!!

初めて会う人は「知らない人」!



特殊詐欺の犯人は、警察や金融機関の
職員を装ってあなたをダマしてきます。

だから「知らない人に、現金やキャッシュ
カードを渡してはいけません！」

ちょっと待った!!

電話の内容を疑いましょう!



電話でお金やキャッシュカードの話が
出たら詐欺です!

不審な電話は家族や警察に相談を!

ご存知ですか

シャープ ハ レ バ レ

安全運転相談ダイヤル # 8 0 8 0



身体の障がいや、一定の症状を呈する病気等による
症状のため、自動車の安全な運転に支障のある方



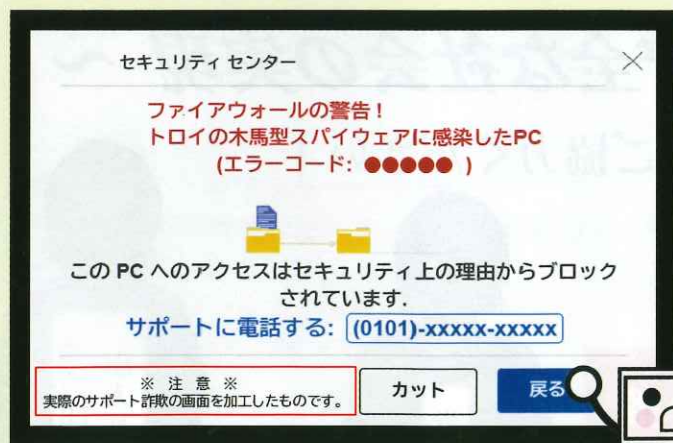
加齢による身体機能低下等のため、自動車等の
安全な運転に不安のある方

このダイヤルでは、専門知識の豊富な職員が、安全運転の継続に必要な助言・指導のほか、
運転免許証の自主返納制度や各種支援の教示を行っています。お気軽におかけください。

受付時間 月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始の休日を除く)

それ「サポート詐欺」ですよ!!

パソコン画面にこんなのが出ても…慌てないで!



(詐欺の画面の一例です)

サポート詐欺の主な特徴

インターネット閲覧中に

- ①ウイルス感染の警告を表示
- ②大きな警告音を鳴らす
- ③サポートへ連絡させる

などの方法で慌てさせ、騙します。

気をつけてくださいねっ

どうすればいい?

- ◎ ESC を長押しで「閉じるボタン×」を出し、押す
- ◎ CTRL + ALT + DEL を同時押し

いずれかで
インターネットを
強制終了しましょう!



◎ 表示された電話番号には**絶対**電話しない

◎ プリペイドカードを購入するように言われても**絶対**買わない

令和6年11月25日～12月1日

「犯罪被害者週間」



犯罪被害者等支援シンボルマーク「ギョっちゃん」

「かながわ犯罪被害者サポートステーション」(通称・サポステ)は、県の犯罪被害者等支援条例に基づいて開設され、県、県警察、民間支援団体が一体となって運営しています。

犯罪の被害に遭われてお困りの方、ご家族の方、ひとりで悩まずに、まずはお電話ください。様々なご相談に応じ、必要な情報や支援を提供します。

詳しくは、こちらから
(県ホームページ)



かながわ犯罪被害者サポートステーション

☎ 045-311-4727

受付時間：月～土曜日 9～17時 (祝休日、年末年始、かながわ県民センターの休館日を除く)

～ 拳銃のない 安全な社会の実現 ～

情報提供にご協力ください！



インターネットで
拳銃が売られていた

拳銃110番

(フリーダイヤル)

0120-10-3774

ジュウ ミナナシ

にご連絡ください

一定の条件のもと、報奨金を支払います



拳銃を見ました



暴力団が空き家や貸倉庫に
出入りして何か隠してた

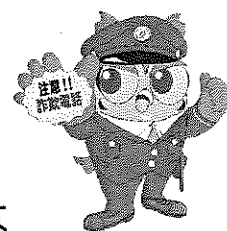
下水道関係者などを装った不審な訪問や電話が増えています！

横浜市全域で、横浜市職員を装った、または横浜市や土木事務所から指示や依頼を受けている工事業者を装った不審な訪問や、不審な電話の情報が多数寄せられています。

不審な訪問や電話にご注意ください！

横浜市では以下のような訪問・電話はしていません！

- ◆工事で敷地内に入る予定があるとの口実で留守時間を確認する
- ◆無料をうたった排水設備の点検・修理
- ◆市販の排水管用消臭洗浄剤(錠剤)の配布

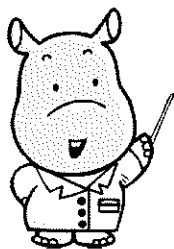


下水道に関する事で訪問や電話があった場合は

- ✓必ず身分証の提示を求めて、横浜市が発行している身分証であるか確認してください。
- ✓不審な点がある場合には、家の中に入れたり、個人情報を送ったり、契約や金銭の支払はしないでください。
- ✓不審な訪問や電話があった場合には、下記問い合わせ先へご連絡ください。

手口の一例

- ◆工事を行うので立会をお願いしたい。住所を教えてください。
- ◆下水道工事を行うので、明日、宅内のマスを見せてほしい。
- ◆下水道工事のためご自宅の入口前に車を止めたい。敷地の中にも車を入れさせていただく可能性がある。留守の時間がわかっていれば教えてください。



【問合せ先】

瀬谷土木事務所 電話：045-364-1105
下水道河川局管路保全課 電話：045-671-2829

オレンジ・ランプ

貫地谷しほり 和田正人

伊寄充則 山田雅人 赤間麻里子 赤井英和 中尾ミエ
監督:三原光尋 企画・脚本・プロデュース:山国秀幸 脚本:金杉弘子 音楽:宮崎道
主題歌:THE CHARM PARK「セルフノート」 原作:山国秀幸「オレンジ・ランプ」(幻冬舎文庫)

★★★事前申込不要★★★

2025年2月8日(土)

開演:14時~ 終了:16時予定
(開場:13時30分~)

【お問い合わせ先】

瀬谷区薬剤師会 会長 久保田 充明
TEL:080-6598-3708

39歳、パパが認知症!?

どうする、私!!

それは、温かな灯りが紡いだ感動の実話

瀬谷区三師会共催認知症普及啓発事業「オレンジランプ」上映会

日時 2025年2月8日(土) 14:00 ~ 会場 瀬谷公会堂 入場料 無料

若年性認知症と診断された丹野智文さんの実話をもとに描く、夫婦の希望と再生の物語。
年齢を重ねていく全ての人へ、より良く生きるヒントがここにある。

製作:野中雅志 野村弘幸 依田巽 今村俊昭 五老剛 プロデューサー:彦徳康宏 高瀬博行 アソシエイトプロデューサー:小川明日香 藤本感人 企画協力:丹野智文 撮影:鈴木周一郎 照明:斉藤徹
録音:西岡正巳 編集:宮島竜治 美術:津留啓亮 装飾:森浦彩賀 衣装:岩田友裕 チェパヤスヒロ メイク:伊藤里香 キャスティング:田山大悟 助監督:金子功 制作担当:遠藤祐輝
Official Partner:太陽生命保険 特別協賛:湘南アイパーク/ドラゴンコーティング/ネットヨタ仙台/日本介護クラフトユニオン/清山会医療福祉グループ/カナミックネットワーク/在宅支援総合ケアサービス
推薦:厚生労働省 製作:「オレンジ・ランプ」製作委員会(ワンダーラボトリー/JR西日本コミュニケーションズ/アイ・ビー・アイ/ギャガ/朝日放送テレビ/朝日新聞社) 制作:JR西日本コミュニケーションズ 制作協力:TKSplus AFE2 配給:ギャガ GAGA★

©2022「オレンジ・ランプ」製作委員会 www.orange-lamp.com



推薦:厚生労働省
文部科学省選定作品

GAGA★

実話をもとに描く、 やさしさに満ちた 希望と再生の物語

あなたの大切な人が認知症になったら？

Story

妻・真央や二人の娘と暮らす39歳の只野晃一は、充実した日々を送るカーディーラーのトップ営業マン。そんな彼に、顧客の名前を忘れるなどの異変が訪れる。下された診断は、「若年性アルツハイマー型認知症」。驚き、戸惑い、不安に押しつぶされていく晃一は、とうとう退社も決意する。心配のあまり何でもしてあげようとする真央。しかし、ある出会いがきっかけで二人の意識が変わる。「人生を諦めなくていい」と気づいた彼ら夫婦を取り巻く世界が変わっていく…。

“貫地谷しほり×和田正人”で描く、 笑い涙の夫婦の9年間の軌跡

本作は、39歳で認知症と診断されながらも、働きながら講演活動をしている丹野智文さんの実話に基づく物語。夫と共に前を向く真央役に、連続テレビ小説「ちりとてちん」のヒロイン役で知られ、ドラマ「大奥」ほか映画・ドラマ・舞台で活躍する貫地谷しほり。夫・晃一役に、映画『THE LEGEND & BUTTERFLY』、『Winny』など話題作への出演が続く和田正人。実力派俳優の二人が、晴れやかな感動を生み出す。

「認知症になったら人生終わり」なんかじゃない

介護の世界を描いて13万人以上の人々に感動を伝え続ける映画『ケアニン』シリーズ製作スタッフによる本作。タイトルには、“小さな灯でも、みんなで灯せば世界はこんなにも明るくなる”という願いが込められた。本人や家族が、認知症とどのように向き合えば笑顔で生きられるのか。認知症になっても安心して暮らせる社会とは？その一つの指標となり得る作品が誕生した。

企画協力：丹野智文さん

1974年、宮城県生まれ。ネットヨタ仙台に勤務。39歳のときに若年性アルツハイマー型認知症と診断される。診断後は営業職から事務職に異動し、勤務を続けながら、不安を持っているご本人のためのもの忘れ総合相談窓口「おれんじドア」実行委員会代表を務める。自らの経験を語る講演活動にも力を入れている。

「オレンジ・ランプ」とは認知症のシンボルカラーのオレンジと、みんなで灯せば世界を明るく照らすことのできるランプ。この二つを組み合わせ、認知症になっても暮らしやすい社会づくりの象徴となる願いを込めたタイトルです。

貫地谷しほり 和田正人

伊崎充則 新井康弘 水木薫 平尾菜々花 安山夢子 井上拓哉 池田朱那 金子さやか 谷田部俊 日向丈 田口智也 鈴木武 金澤美穂

山田雅人 堀田真三 赤間麻里子 赤井英和 中尾ミエ

監督：三原光尋 企画・脚本・プロデューサー：山国秀幸 脚本：金杉弘子 音楽：宮崎道 主題歌：THE CHARM PARK「セルフノート」 原作：山国秀幸「オレンジ・ランプ」（幻冬舎文庫）

制作：野中雅志 野村弘幸 依田典 今村俊昭 五老剛 プロデューサー：彦物康宏 高瀬博行 アソシエイトプロデューサー：小川明日香 藤本悠人 企画協力：丹野智文

撮影：鈴木周一郎 照明：斎藤徹 録音：西岡正巳 編集：宮島竜治 美術：津留啓亮 装飾：森浦彩貴 衣装：岩田友裕 チェアスヒロ メイク：伊藤理香 キャスティング：田山大祐 助監督：金子功 制作担当：遠藤祐輝 Official Partner：木澤生命保険

特別協賛：湘南アイパーク/ドラゴンコーティング ネットヨタ仙台 日本介護クラフトユニオン 清山会医療福祉グループ カナミックネットワーク 在宅支援総合ケアサービス 協賛：ファーマライフ おれんじ薬局 公益社団法人 神奈川県医師会 小田原福祉会 潤生園

協力：日本認知症本人ワーキンググループ 認知症の人と家族の会 日本在宅ケアアライアンス 認知症サポーターキャラバン 日本認知症ケア学会 日本老年看護学会 日本老年精神医学会 全国認知症地域支援推進員連絡会 地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク

推薦：厚生労働省 製作：「オレンジ・ランプ」製作委員会（ワンダーラボラトリー / JR西日本コミュニケーションズ / アイピーアイ / キヤガ / 朝日放送テレビ / 朝日新聞社）制作：JR西日本コミュニケーションズ 制作協力：TKSplus A.F.F.2 配給：キヤガ G.A.G.A.*

オレンジ・ランプ / A LIFE WITH MY ALZHEIMER'S HUSBAND 日本 日本語 2023 ビスタ 5.1ch 109分 ©2022「オレンジ・ランプ」製作委員会

www.orange-lamp.com/ [@eiga_orangelamp](https://twitter.com/eiga_orangelamp) www.facebook.com/eiga.orangelamp/

瀬谷区三師会共催認知症普及啓発事業「オレンジランプ」上映会

日時 2025年2月8日(土) 14:00～

会場 瀬谷公会堂

入場料 無料



おとずれ

第63号

令和6年11月発行
瀬谷区民生委員児童委員協議会
横浜市瀬谷区二ツ橋町190
電話 367-5710
発行責任者 紅林 千津子

災害に備える

「今まで大丈夫だったから・・・」は通りません

あなたの地域に **災害リスク** はありますか？

川の氾濫



境川・大門川・相沢川・和泉川・阿久和川の周辺地域

内水氾濫



近くに河川がなくても下水道管や水路の排水能力を超える降雨のときなどに発生する浸水・冠水

地震



建築物の倒壊だけでなく、火災が大きな被害をもたらすこともあります



土砂災害



土砂災害警戒区域に指定されていなくとも、崩落のおそれのある斜面は区域内に点在します。

ハザードマップ

で **確認** しましょう

- 紙のマップを区役所総務課（3階39番窓口）で配布しています。
- インターネットでは [こちらから](#)
瀬谷区 防災関係マップ
- 各種スマートフォンアプリを使うと外出先でも確認できます。

災害が起きたら

自分の命は自分で守る

自助の備えが大切です。

避難のきっかけは知り合いからの「一緒に逃げよう」の声掛け

被災地では「隣近所のつながり」が命を救いました。

高齢者は一段階早い避難を

避難に時間を要する方は、早めの避難ができるよう日頃の準備や心構えをしておきましょう。

災害に備え、私たちが民生委員・児童委員からお伝えしたいこと

新紙幣の原料 ミツマタの林



いざというとき、頼りになるのは 近くの仲間



カクレマシ

Check 1

家族や仲間と災害発生時の対応を話し合いましょう

災害時には、スマートフォン^①の便利な機能も活用できます！

① 家族や仲間に安否を知らせたい

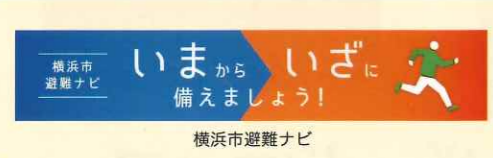
声の伝言板 災害用伝言ダイヤル「171」

- ① 固定電話や携帯電話から171に電話を掛ける
- ② 音声案内に従って操作(伝言を残す→①、伝言を聞く→②)
- ③ 被災者の電話番号を入力
- ④ 伝言(上限30秒間)を録音/確認できます

インターネット上の伝言板「web171」

- ① web171とネット検索し、災害用伝言板を表示
- ② 被災者の電話番号を入力して「登録」「確認」

② 災害情報/避難場所を探したい



「横浜市避難ナビ」「Yahoo!防災速報」などのスマートフォンアプリからも災害情報や避難場所を検索できます。

「横浜市避難ナビ」でマイ・タイムライン(避難行動計画)が作れます！住んでいる地域のリスクや家族構成にあわせ「大雨洪水警報が出たら〇〇に避難する」など、あなた自身の避難行動計画を作っておきましょう！

Check 2

「あんしんカード」の情報を更新しましょう



緊急連絡先やかかりつけ医師の情報などを記入して、ご自宅のわかりやすい場所に貼っておくことで、緊急時や災害時に駆け付けた救急隊等に必要な情報が伝わります。

「あんしんカード」は民生委員が地域の高齢者等にお届けしているほか、区役所福祉保健課(4階 44番窓口)で配布しています。

Check 3

災害別の避難行動を確認しましょう

地震のとき

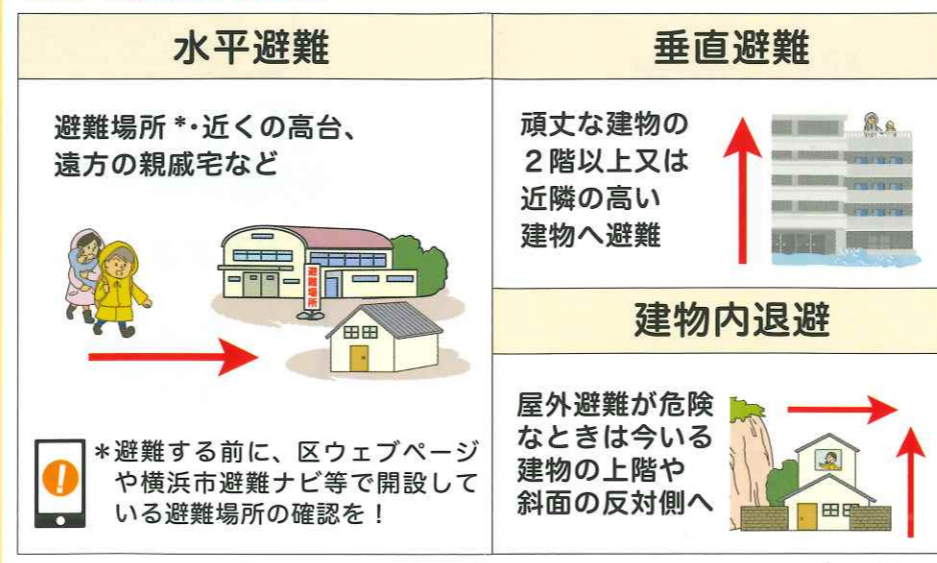


いっつき避難場所
自治会町内会など地域で取り決めている避難場所です。地震発生直後の状況把握や安否確認を行います。

地域防災拠点
自宅で生活できなくなった方が避難生活を送る場所です。横浜市が市立学校等から指定しています。在宅避難している方も、物資や情報を受け取ることができます。

風水害のとき

早めの避難行動を！



Check 4

地域の防災訓練に参加しましょう

地域での「顔の見える関係づくり」が災害発生時の助け合いにつながります。

参加することで、避難場所や避難経路を確認したり、災害への備えについての情報を知ることができます。

区内の訓練の様子です。※内容は地域によって異なります。



避難してまず必要になるのがトイレ。避難所では避難者もスタッフという考えから訓練の参加者も一緒に組み立てます。

Check 5

地震火災予防に感震ブレーカーを！

地震の大きな揺れを感じて電気を自動で遮断する機器です。各家庭に設置することで出火を防止し、他の住宅への延焼を防ぐことで被害を大きく軽減することができます。



災害に備え、私たち民生委員・児童委員からお伝えしたいこと



避難時の準備をしていますか？

家族構成や状況に応じて必要な備えは異なります。

乳幼児 のいるご家庭では

ミルク（液体ミルク等）
哺乳瓶
離乳食 スプーン
おむつ おしりふき
着替え ベビー毛布
抱っこひも
乳幼児のおもちゃ など



要介護者 のいるご家庭では

障害者手帳
着替え 介護食
おむつ 補助具等の予備
非常電源の確保 など



ペット のいるご家庭では

ケージ リード 首輪
ペットシート
ペットフードなど



妊婦 のいるご家庭では

母子健康手帳
新生児用品
さらし など



食事に特別の配慮が必要な人（アレルギー・糖尿病・腎臓病・難病など）
のいるご家庭では

栄養強化ゼリー / 流動食
低たんぱく質ごはん
アレルギー対応食品 など

避難のときには身分証明書を忘れずに！
（運転免許証・マイナンバーカードなど）



よこはまミンジー

在宅避難の準備をしていますか？

最低3日分（できれば1週間分）を目安に生活必需品を普段から用意しておきましょう。

飲料水（一人あたり1日3リットルで計算）
食料品（調理せずに食べられるクラッカー、缶詰、レトルト）
トイレパック（一人あたり1日5個で計算）
懐中電灯 携帯ラジオ 手指消毒液 ウェットティッシュ 生理用品 歯みがき用品 タオル
マスク 厚底の運動靴 救急医薬品 常備薬 お薬手帳 ビニール袋 モバイルバッテリー など



よこはまミンジー

実際の被災地からは、次のようなものが「役に立った！」と報告されているよ。



カセットコンロとボンベ



食品用ラップ



ホイッスル



電池式ランタンと乾電池

編集後記

（広報委員長 鈴鹿 茂）

今回は災害について紹介します。いつ起こるかかわからない災害で大事なことは備えることです。備えも色々ありますが、地域の状況を把握して個人や自治会町内会で準備しましょう。そして、いざ発災したら自分の身の安全を第一に考え、ご近所に声をかけあい、ともに助け合い乗り切りましょう。

広報委員会 委員

（阿久和北部）伊藤 美江子
（本郷）御代川 邦博
（瀬谷第四）馬目 康雄
（主任児童委員）舟窪 希

（阿久和南部）鈴鹿 茂
（瀬谷北部）阿久津 修
（南瀬谷）松田 宣之

（三ツ境）加田 由美子
（瀬谷第二）黒木 茂子
（宮沢）大森 富貴子

（瀬谷第一）須田 和明
（細谷戸）桑原 藤夫
（相沢）松崎 由美