



中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

風水害に備え、マイタイムラインを作成しましょう！

マイタイムラインは、いざという時慌てずに避難するために、あらかじめ作成しておく一人一人の防災行動計画です。

まずは今年の3月に各世帯に配布し、市ホームページにも掲載しているハザードマップを確認しましょう。自宅や職場、学校周辺などの災害リスクを確認してください。その場所が安全であれば無理に避難をする必要はありません。災害リスクが高い場合は、避難先を検討しましょう。市の指定避難所に避難する以外に、親族・知人宅やホテルなどに避難する方法もあります。必要に応じて一緒に避難する人も確認しておきましょう。避難行動に支援が必要な方は、家族が仕事などで出掛けている時間帯の対応を検討してください。また、激しい雷雨や河川の氾濫で避難をしようと思ったときには避難が難しくなってしまうこともあります。特に夜間に大雨や台風等が予想される場合は、明るいうちから予防的避難を検討しましょう。また、県が6月に「くまもとマイタイムライン」も配布しています。いま一度ご確認ください。

くまもとマイタイム
ラインガイドブック
はこちら→



ハザードマップ
はこちら→



なってしまうこともあります。特に夜間に大雨や台風等が予想される場合は、明るいうちから予防的避難を検討しましょう。また、県が6月に「くまもとマイタイムライン」も配布しています。いま一度ご確認ください。

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



はじめての離乳食教室 無料

日 7月26日(月)
午後1時半～2時半

場 健康センター大江分室すこやかホール(ウェル



ルパルクまもと3階) 内容 離乳食の進め方についてなど 対象 中央区に住む令和3年2月～3月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 定員 10組(先着順) 持ち物 親子(母子)健康手帳、バスタオル 申込 7月6日から電話で中央区役所保健子ども課へ

(中央区役所保健子ども課 ☎328-2419)

認知症介護家族のつどい

「こもれびひろば」

電話でお話ししませんか

期 7月1日(木)～30日(金) 時 午前8時半～午後5時半(土日祝除く) 内容 介護経験者が介護上の悩み・不安などについて電話相談を受け付けています。気軽に相談ください 問合せ ささえりあ水前寺(☎362-0065)

(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

認知症介護家族のつどい

「もやいのひろば」

電話でお話ししませんか

期 7月1日(木)～30日(金) 時 午前9時～午後4時(土日祝除く) 内容 「もやいのひろば」のボランティアスタッフが認知症介護上の悩みや将来の不安について電話相談を受け付けています。気軽に相談ください 問合せ ささえりあ熊本中央(☎319-0222)

(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

中央区ニュース

令和3年春の地方自治功労に係る叙勲を受章されました

令和3年春の地方自治功労に係る叙勲について、中央区から佐伯 洋興さんが旭日単光章を受章されました。旭日章は、社会のさまざまな分野における功績の内容に着目し、顕著な功績を挙げた方を表彰、授与されるものです。

佐伯 洋興さんは平成3年5月から約22年間にわたり慶徳校区第3町内自治会会長を務められ、地域のリーダーとして地域課題の解決、地域の美化活動などに熱心に取り組まれました。また、慶徳校区自治協議会会長、慶徳校区第15分団の消防団員などさまざまな形で地域を支え、盛り上げられました。

このたびの受章、誠におめでとうございます。

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



新しい自治会長さんです

(6月5日までの届出)

(敬称略)

石橋 伸哉(出水南2)
上野 秀樹(黒髪10)
堀内 一真(向山14)
浅野 康浩(向山20)
酒本 龍佑(託麻原2)
西村 政憲(託麻原10)
平畑 和哉(託麻原12)
本田 一雄(春竹2)
長谷川 秀男(春竹12)

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

東区防災コラム

豪雨や台風は事前に予測が可能です。情報収集、早めの避難で風水害から身を守りましょう

集中豪雨はどんなときに発生しやすいの？

- 前線が停滞しているとき(特に梅雨の終わりごろ)
- 台風が近づいているときや台風が上陸したとき
- 大気の状態が不安定で、次々と雷雲が発生しているとき(特に日差しの強い夏ごろ)

集中豪雨が起こるとどうなるの？

- 川の水が増え、氾濫することがあります。
- 床上、床下浸水が発生することがあります。
- 道路が冠水することがあります。
- 排水溝や下水管で水があふれ、地下のスペースなどに水が流れ込むことがあります。

早めの予防的避難を！

夜間や大雨時は、避難そのものが危険になります。大雨が予想される場合は、本格的に雨が降り出す前の、明るい時間帯での予防的避難を心がけましょう！



事前の自主避難場所(東区内)は次の3か所です

- ・託麻公民館(☎380-8118) 東区長嶺東7丁目11-15
- ・秋津公民館(☎365-5750) 東区秋津3丁目15-1
- ・東部公民館(☎367-1134) 東区錦ヶ丘1-1

※避難する際は、避難所が開設しているか必ず確認してください。
※避難時は自分の食事や飲み物、寝具、マスク等は持参ください。

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

認知症家族の会

「やすらぎとまりぎ」

日 毎月第4水曜日(初回6月23日) 午後2時～4時 内容 本音で話し悩みを相談できる家族の集いの会を毎月開催します 場 ささえりあ託麻(東区戸島西2-6-132) 費 100円 定員 8人 申込 ささえりあ託麻(☎282-8249)へ
※6月から場所と日時を変えて再開しています。

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

〈発達のお子さんママ・パパへ〉

りらくまカフェ

無料



日 7月9日(金) 午前10時～正午 場 東区役所3階健康センター 内容 お子さんの発達や関わり方について、子どもの支援の専門家や先輩ママ・パパと一緒にしゃべりたり、お話を聞いてみませんか？ 題 講話(Zoom使用)「ことばの発達について」、後半はおしゃべり会を予定 師 白木 沙織さん(熊本託麻台リハビリテーション病院言語聴覚士) 対象 小学生以下の子どもを持つ保護者 ※託児無・キッズコーナー有 定員 10組(先着順) 申込 7月7日までに電話で東区役所保健子ども課へ(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

新しい自治会長さんです

(5月14日までの届出)

(敬称略)

竹中 千尋(東町2) 若杉 隆夫(託麻東8)
土山 恭生(託麻西1) 宮本 光雄(画図4)
野田 英二(託麻東1) 久野 俊昭(画図14)
藤本 一昭(託麻東5) 古閑 誠喜(託麻東6)
黒木 ふみ(健軍東2) 宮部 信夫(託麻南5)
大中 康範(画図10) 前田 邦興(東町7)
北口 昌博(長嶺3) 沖田 譲史(長嶺7)
小林 宏(若葉6)

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



おたがいさまのまちづくり vol.4

「働きながら見守り活動をしませんか？」

勤務先や通勤途中などで、困っている高齢者に出会うことはありませんか？

認知症の方は、目的を持って外出されますが、時には帰り道がわからなくなってしまうことがあります。

困っている高齢者に出会ったら「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」声かけが大切です。

認知症サポーター養成講座は、地域、企業、学校などで開催しています。受講料は無料です。

詳しくは、市ホームページまたは東区役所福祉課へ。

(東区役所福祉課 ☎367-9127)



東区では講座を受講された企業や事業所にステッカーを配布しています。