



広報

# いちき串木野

愛がいつぱいのまち  
Ichikikushikino City  
Public Relations

6

2021年6月21日発行  
VOL.188

## 特集

- ・自然災害から身を守る
- ・住民票などのコンビニ交付が始まります
- ・「食のまちPRパートナー」の募集

# 特集

## 自然災害から身を守る

大雨や台風など、災害が起きやすい時期を迎えます。

災害に対する備えは大切なことだと分かっていても、なかなかできていないという方は多いのではないのでしょうか。

「自分の命は自分で守る」意識を持ち、大雨や台風などの災害の際に、落ち着いて行動できるように、日頃からの備えを確認しましょう。



### 災害に対しての備え① >>>> 避難情報等を確認しましょう

大雨や台風などの災害時に気象庁や市から、警戒レベルに応じて、避難情報等が出されます。それらの情報をテレビやラジオなどの気象情報または、市の防災行政無線等で収集しましょう。

なお、法改正により令和3年5月20日から一部避難情報が見直されました。警戒レベルに応じた避難情報等と行動は次の通りです。



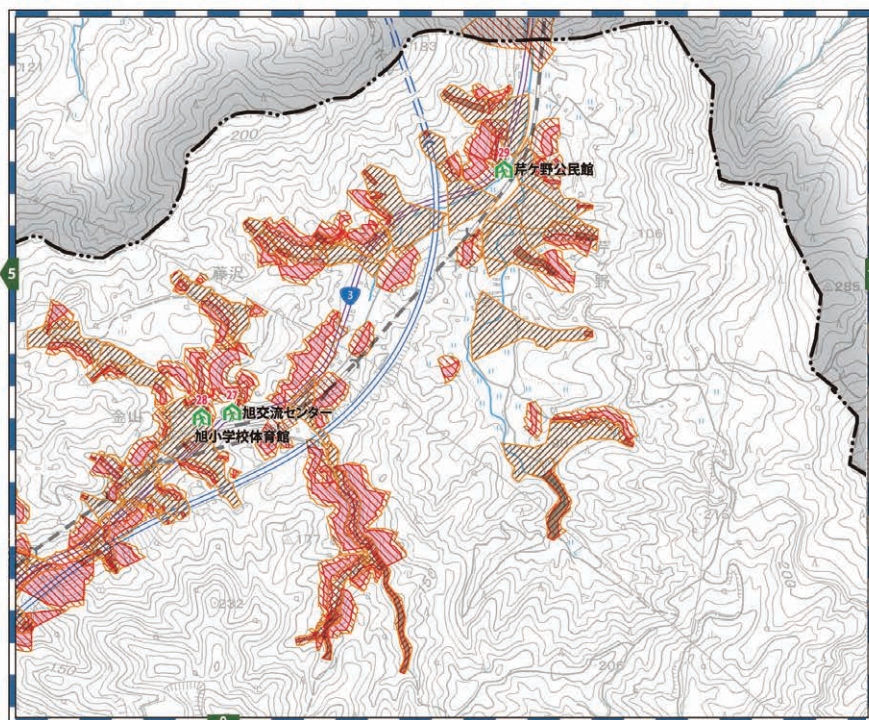
| 警戒<br>レベル        | 住民がとるべき行動                             | 避難情報等<br>※法改正により見直されました。 |                    |
|------------------|---------------------------------------|--------------------------|--------------------|
|                  |                                       | 改正後                      | 改正前                |
| 5                | <災害発生又は切迫><br><b>命の危険 直ちに安全確保！</b>    | <b>緊急安全確保</b>            | 災害発生情報             |
| ～警戒レベル4までに必ず避難！～ |                                       |                          | —                  |
| 4                | <災害のおそれ高い><br><b>危険な場所から全員避難</b>      | <b>避難指示</b>              | ・避難指示（緊急）<br>・避難勧告 |
| 3                | <災害のおそれあり><br><b>危険な場所から高齢者等は避難</b>   | <b>高齢者等避難</b>            | 避難準備・<br>高齢者等避難開始  |
| 2                | <気象状況悪化><br><b>自らの避難行動を確認</b>         | 大雨・洪水・高潮注意報<br>(気象庁)     |                    |
| 1                | <今後、気象状況悪化のおそれ><br><b>災害への心構えを高める</b> | 早期注意情報<br>(気象庁)          |                    |



## 災害に対する備え② >>> 自分にとっての危険な場所や避難所を確認しましょう

浸水被害や土砂災害が起こる可能性のある場所についてハザードマップ等を活用して、事前に把握し、自分たちの避難所、避難経路を確認しましょう。

(例)旭地区ハザードマップ ※その他の地域は右記の QR コードよりご確認ください。



### ■避難所一覧(第1次配備の避難所のみ)

| 避難場所の名称             | 所在地       | 電話番号    | 避難場所の名称   | 所在地       | 電話番号    |
|---------------------|-----------|---------|-----------|-----------|---------|
| 冠岳交流センター            | 冠岳13511-2 | 32-0760 | 野平交流センター  | 平江20271-5 | 32-3050 |
| 生福保育所               | 生福8671    | 32-3359 | 羽島交流センター  | 羽島5218    | 35-0014 |
| 串木野中学校体育館           | 日出町700    | 32-1735 | 荒川交流センター  | 荒川2450-1  | 32-8809 |
| 上名交流センター            | 上名2455    | 32-8770 | 旭交流センター   | 金山14103-1 | 32-8811 |
| 市民文化センター<br>(中央公民館) | 昭通133-1   | 33-5655 | 土川交流センター  | 羽島9675    | 35-0887 |
| 中央交流センター            | 元町236     | 33-1231 | 川北交流センター  | 大里5664    | —       |
| 照島小学校体育館            | 照島5453-3  | 32-4446 | 川南交流センター  | 大里3246-1  | —       |
| 串木野高齢者福祉センター        | 新生町183    | 32-9570 | いちきアクアホール | 湊町1丁目102  | 21-5800 |
| 本浦交流センター            | 西浜町1-1    | 33-2371 | 川上交流センター  | 川上978     | 36-4334 |

※上記の避難所以外については、おしらせ版6月7日号に掲載しています。災害の危険がある場合、状況に応じて、第1次配備の避難所から段階的に開設します。

### ■福祉避難所

| 福祉避難所の名称    | 所在地      | 電話番号    | 備考       |
|-------------|----------|---------|----------|
| 串木野健康増進センター | 新生町183-3 | 33-3450 | 必要に応じて開設 |

※その他福祉避難所(民間施設)・・・潮風園、吹上園、市来松寿園、吹上園ふもと、さるびあ苑、ゆくさ白浜、ライフハーバーいちき、希望、光里苑

福祉避難所を利用する方は、まちづくり防災課(☎33-5631)へご連絡ください。市が整備している避難行動要支援者名簿を参考に判断し、各福祉避難所と連絡調整のうえ開設します。

なお、福祉避難所を利用する方は介護者が必要です。また、食事代、日用品等は実費負担となります。

### 災害に対するの備え③ >>>> 防災訓練へ参加しましょう

災害発生時に落ち着いた行動をとるためには、日頃から災害に備える心構えを持って行動することや地域の方と協力して行動する自助、共助が大切です。そのために、市や地域が行う防災訓練に積極的に参加しましょう。



### 災害に対するの備え④ >>>> 非常用持ち出し袋を準備しましょう

災害はいつ起こるかわかりません。非常用持ち出し袋を準備して、日ごろから備えておきましょう。「最低3日分の非常食や日用品等」の備えをお願いします。

また、新型コロナウイルス感染症対策を踏まえ、避難所へ行く場合はマスクの着用をお願いします。



#### ■避難時に最低限必要なもののリスト

- |                                      |                                        |                                     |
|--------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器含む) | <input type="checkbox"/> 現金(小銭含む)      | <input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池) |
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー   | <input type="checkbox"/> 保険証、免許証、パスポート | <input type="checkbox"/> 軍手、スリッパ    |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ       | <input type="checkbox"/> 母子健康手帳        | <input type="checkbox"/> 救急用具、薬     |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具        | <input type="checkbox"/> 着替え、歯ブラシ      | <input type="checkbox"/> マスク        |
| <input type="checkbox"/> 非常食、飲料水     | <input type="checkbox"/> レジャーシート       | <input type="checkbox"/> 消毒液        |
| <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ      | <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ        | <input type="checkbox"/> 体温計        |
| <input type="checkbox"/> タオル、タオルケット  |                                        |                                     |

※非常用持ち出し袋に入るもの。ヘルメット等は玄関に置いておく。

感染症対策としての備え



川の氾濫で水没した市来 IC 付近(大里地区)



台風による倒木(荒川地区)



## ■新型コロナウイルス感染拡大中における避難行動

新型コロナウイルス感染症の収束が見通せない状況の中で、災害時の避難所では、3密を避ける必要があります。避難の際には以下のことにご理解、ご協力をお願いします。

### ◇ 安全が確保できる親戚、友人宅への避難の検討を

避難所内が過密になると感染症のリスクが増大します。安全が確保できる親戚、友人宅などへ避難することで避難所の密集が避けられます。日ごろから避難可能な場所を確認しましょう。

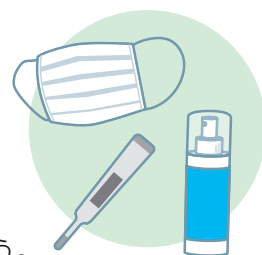


### ◇ 健康状態(体温、嗅覚異常等)を確認

発熱、咳等の症状がある方が避難所に来られる際は事前に市へご連絡ください。  
なお、避難所でそのような症状が出た場合はすぐに避難所の担当者へお知らせください。

### ◇ 避難所の衛生環境の確保

共用部分は使用後にできるだけアルコール消毒液で消毒を行ってください。



### ◇ 換気を実施し、他の人とは十分な距離を

避難所では定期的に換気を実施し、避難者同士で十分な距離を保ちましょう。

### ◇ マスクの着用、手洗い、咳エチケットの徹底

避難所では基本的にマスクを着用し、こまめな手洗いなど基本的な感染症対策を徹底しましょう。

## ■防災情報を携帯・スマホに送信します 防災情報等メールサービス

市では、どこでも迅速に防災情報を受け取れるよう、サービスに登録した方の携帯電話やパソコンへ防災情報をメールで配信しています。停電時にも情報を発信できます。登録は無料です。いざという時の情報収集のため、ぜひご登録ください。

※メール受信に係るデータ通信料は利用者負担となります。



### ○登録方法

①QRコードを読み取り、  
空メールを送信してください。

※読み取りできない場合は、  
[bousai.ichikikushikino-city@raidan2.ktaiwork.jp](mailto:bousai.ichikikushikino-city@raidan2.ktaiwork.jp)  
に空メールを送信してください。



②数分以内に登録用URLが記載されたメールが届きます。



③希望する情報と地区を選択(複数可)し、登録します。



④登録完了のお知らせメールが届けば登録完了です。

※迷惑メール防止機能をお使いの方は、登録する前に [bousai@city.ichikikushikino.lg.jp](mailto:bousai@city.ichikikushikino.lg.jp) からのメールを受信できるように設定する必要があります。



### ○配信情報

- ☐ 防災・安全・安心情報
- ☐ 子育て・福祉・医療情報
- ☐ イベント情報
- ☐ その他行政情報
- ☐ 行方不明者情報

# 特集

マイナンバーカードを使って

## 住民票や印鑑登録証明書の交付がお近くで！ コンビニ交付サービスが始まります

市民生活課 (☎33-5611)

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストア等で住民票など各種証明書を取得できるコンビニ交付サービスを7月1日から開始します。



### ◆利用できる店舗

セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマートなどのマルチコピー機設置店舗

### ◆利用時間

6:30～23:00

※メンテナンス日及び

年末年始(12/29～1/3)を除く

ご自宅近くや外出先など  
全国のコンビニで  
取得可能！

申請書  
記入不要！

土日・祝日  
取得 OK

### ◆取得可能な証明書

- ・住民票謄(抄)本の写し
- ・印鑑登録証明書(印鑑登録されている方)
- ・戸籍証明書(全部事項・個人事項)
- ・戸籍附票の写し
- ・所得証明書
- ・所得課税証明書
- ・課税(非課税)証明書

※各証明書の手数料は窓口と同額です。



## ◆利用できる方

いちき串木野市に住所があり、マイナンバーカードをお持ちの方

※ご利用にはマイナンバーカード交付時に設定した**数字4桁の暗証番号**が必要です。

## ◆コンビニ交付の手順

- ①マルチコピー機の画面から「行政サービス」を選択し  
マイナンバーカードを読み取る
- ②マイナンバーカード交付時に設定した数字4桁の暗証  
番号(利用者証明用電子証明書)を入力する
- ③証明書の種類や発行部数を入力する
- ④投入口に手数料を入金すると証明書が印刷される



## ◆利用上の注意

- ・取得された証明書の返金、交換はできません。
- ・暗証番号を3回連続で間違えると、カードにロックがかかります。その場合は、市役所窓口で暗証番号の再設定を行ってください。



## いちき串木野市外にお住まいの方も 戸籍の証明書が取得できます

住民票がいちき串木野市にない方も、本籍地がいちき串木野市であれば、コンビニ交付サービスを利用して、戸籍謄(抄)本、戸籍の附票の写しを取得できます。

ただし、**インターネットやマルチコピー機を使って、事前に「利用登録申請」を行う必要があります。**(申請から登録完了までは4～5日ほど必要です)

## ◆マイナンバーカードはお持ちですか？

コンビニ交付サービスを利用するには、マイナンバーカードが必要です。マイナンバーカードの発行には1～2か月ほどかかります。申請は、郵便やスマートフォン、パソコン等で簡単にできます。ぜひこの機会に申請してみませんか。





# 新型コロナウイルス感染症で 不安等を感じていらっしゃる方へ



新型コロナウイルス感染症による日常生活への影響が長期化して、不安やストレスを感じている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。ストレス状態が長く続くと、気持ちやからだや考え方に、さまざまな変化があらわれることがあります。

## 気持ちの変化

- ・不安や緊張が強い
- ・イライラする、怒りっぽくなる
- ・気分の浮き沈みが激しい
- ・涙もろくなる
- ・あの時ああしておけば良かったと自分を責める
- ・投げやりになる
- ・誰とも話す気にならない



## からだの変化

- ・疲れやすい
- ・めまい、頭痛、肩こり
- ・吐き気、胃痛
- ・食欲不振、過食
- ・夜眠れない
- ・悪夢、同じ夢を繰り返す

## 考え方の変化

- ・考えがまとまらない
- ・同じことをくり返し考える
- ・記憶力が低下する
- ・皮肉、悲観的な考え方になる

## 赤ちゃんがえり

子どもでは、  
・大人にしがみつく  
・よく泣く  
・お漏らし  
・わがままになる  
などの、いわゆる「赤ちゃんがえり」がみられる場合があります



これらの状態は、人によっては数週間続くことがありますが、強いまたは慢性的なストレスを受けると多くの方に起こりうる正常な反応です。

自然に回復していくことがほとんどですが、気持ちを誰かに話したり相談したりすることで、つらさがやわらぐことがあります。

お一人だけで抱え込まずに、ご相談ください。



### ■ 新型コロナウイルス感染症に関する心のケア相談専用ダイヤル ■

☎ 070-7664-5152 相談時間：9：00～16：00  
(土日祝も対応／年末年始 12/31～1/3 を除く)

### ■ 精神保健福祉センター こころの電話相談 ■

☎ 099-218-4755 相談時間：平日8：30～17：00

### ■ 串木野健康増進センター 公認心理師による心の相談 ■

☎ 33-3450 毎月第4月曜日 午前のみ・要予約 (1人40分)





## 歯を失う原因第1位

# 歯周病

早期発見  
早期治療  
が大切



### あなたの歯を失わないために・・・

歯ぐきからの出血、腫れ、口臭、歯の痛みなどはそのままにしても治りません。歯を失うだけでなく、糖尿病になるなど歯周病菌は血液を介して全身へ悪影響を与えていることが明らかになっています。定期的に検診を受けましょう。

## 歯周病は全身疾患と関係しています！

心臓病を引き起こす

リスクは **通常の3倍**

### 心臓病

狭心症や  
心筋梗塞など

### 糖尿病

糖尿病の方は、歯周病にかかりやすいので、互いに悪影響

### 肥満

メタボリック  
シンドローム

### 動脈硬化

### 脳卒中

脳梗塞や  
脳出血

### 肺炎

低体重児出産の  
リスクは

**通常の7倍**

### 早産や 低体重児出産

### 歯周病

### 骨粗しょう症

歯周病で骨粗しょう症が  
進行するリスクは **通常の3倍**

## 早期の治療で守る

痛みなどの症状が出てから、あわてて歯医者さんに……。という方がほとんどなのではないでしょうか。

歯周病は、複数の歯で同時進行しがちで、気付いた時には何本もの歯を失うこともあります。だからこそ、早めの治療が重要です。歯(口)は体のすべての器官に通じる最初の入り口です。あなたの「健康」を見直してみませんか？



自己判断せず  
検診へ行こう。



### \* 歯周病検診のお知らせ \*

40、50、60、70歳の節目年齢(R 4. 4. 1 時点)の検診希望者には受診票を個別に送付しています。受診票を紛失した方や対象の方で希望する方は、串木野健康増進センター(☎33-3450)へご連絡ください。

## 市来えびす市場（市来町漁協直営店）



### 企業の概要

市来えびす市場は平成 19 年 3 月にオープン。漁業者の生産意欲を向上させ、消費者に生産地が明らかで鮮度の良い水産加工品を常時安定的に提供することにより、消費を拡大させ地元の農家の方々や商店と一緒に地域の活性化を図ることを目的としております。平成 29 年 4 月には食堂も増設し、更なる発展を目指し来店されるお客様に愛されるお店づくりに努めております。

- ・電話番号 21-5082
- ・定休日 毎月第 2・第 4 水曜日  
※食堂は毎週水曜日が定休日

### 【建物外観コンセプト】

平成 5 年に天皇陛下の納采の儀（結納）において、当漁協で水揚げされた鯛が使われたことから、鯛をシンボル魚としています。

市来えびす市場の正面の壁は鯛の色を表し、ひさしの銀は波を、外壁下の青は海の青さを表現し、建物内の木材は地元の木を製材し使用しています。

### 【店舗名称選定理由】

本市を中心に一般公募により選定しました。

漁協の前浜を昔から「えびすが丘」と呼んでいることや海の守り神・商売繁盛の神様であること、市場は新鮮さや人の賑わい、活気をイメージさせることから『市来えびす市場』に決定しました。

また、えびす様は七福神の一人であることから文字数も七文字としました。

### 若手社員の企業アピール 松下 寿矢さん



戸崎漁港で鮮魚の水揚げの担当をしている松下です。獲れたての鮮魚・活魚を自信を持ってご提供し、お客様の喜びの声が達成感につながります。

本当にやりがいのある仕事だと思っています。ぼくらと一緒に働きましょう！  
スタッフ募集中！

## アクサ生命保険株式会社

### 企業の概要

当社は、昭和 9 年に日本で初めて団体生命保険を販売する会社として誕生いたしました。

全国産業団体連合会、さらには商工会議所が設立推進母体です。

現在では全国 511 の商工会議所の共済・福祉制度をお引き受けし、制度の普及・発展を目指して各地商工会議所と連携・協働しています。

いちき串木野商工会議所様とは昭和 62 年より共済制度を受託させていただき地元企業様の福利厚生の実現を図ることで地域社会の発展に貢献することを日々目指しております。

- ・従業員数 2 名（串木野営業所）
- ・基本スローガン 人生 100 年時代に備えた計画をともに考えます。
- ・所在地 いちき串木野市桜町 115 川崎産業ビル 2F
- ・電話番号 32-9261



### 企業アピール

この仕事は、地域社会に根付いた活動であり自分らしさを実現できる仕事です。

主なお客様は、商工会議所会員である地域の経営者様や従業員の皆様です。

事業所の福利厚生を生命保険でサポートしながら、会社の発展や個人の人生を応援していきます。「家族のために頑張りたい」「自分の人生を輝かせたい」「社会人として成長したい」そんな意欲のある方、あなたと家族とあなたのまちを大切にするアクサアドバイザーを始めてみませんか？