大雨による被害に備えましょう

７月に発生した九州北部豪雨をはじめ、日本全域での記録的な大雨による被害などが連日報道されています。８月・９月は更に台風による被害も心配されます。いざという時に備え、対策を確認しましょう
問合せ　防災防犯課防災係☎042・497・1847

正しく知ろう　防災気象情報

◆気象庁からの防災気象情報

台風などの大雨により、市内に浸水害や土砂災害が発生する恐れがある場合、気象庁より防災気象情報が発表されます。その時点での危険度を示すものとして、とても重要になる情報です。

◆気象庁からの防災気象情報は約４種類

気象庁の出す防災気象情報は、下表の通りです。
これらが発表された場合、市から避難に関する情報（避難勧告など）を発表する場合があります（伝達方法は右表参照）。皆さん（特に柳瀬川・空堀川の周辺にお住まいの方）は、発表される情報に注意し、早めの行動をお願いします。

注意報	災害のおそれがある
警報	重大な災害のおそれがある
特別警報	重大な災害が迫っている
その他の情報	〈土砂災害警戒情報〉…土砂災害の危険が迫っている 〈記録的短時間大雨情報〉…数年に一度の大雨の発生

「避難に関する情報」の伝達方法

伝達方法	主な内容
防災行政無線	防災行政無線で、避難に関する情報を放送します。聞き取りにくい場合は、防災行政無線の放送内容を電話で確認できるサービスをご利用ください。 ◆自動音声応答サービス：☎042・495・7070
清瀬市メール一斉配信サービス	清瀬市メール一斉配信サービスの「安心安全」情報の配信を登録されている方に対し、避難に関する情報を送信します。
ホームページ・SNS	市ホームページ、市公式twitter、市公式facebookで、避難に関する情報を掲載します。
車両での広報	市で管理する車両のうち、外部スピーカーを有する車両で、避難に関する情報を放送しながら市内を巡回します。
電話での伝達	市内の町会・自治会、自主防災組織の代表者の方に、電話で避難に関する情報を伝達します。
避難行動要支援者・要配慮者への対応	「清瀬市避難行動要支援者・要配慮者登録制度」に登録されている方に、個別に連絡をする場合があります。
テレビ・ラジオによる伝達	字幕スーパーやデジタル放送画面の文字情報の表示、ラジオ放送などが行われます。
緊急速報メールによる伝達	ドコモ、ａｕ、ソフトバンクの各携帯電話会社の端末をお持ちの方に、緊急的に一斉メールを送信する場合があります。

避難をする時には

避難に関する情報が発表された場合、市は地域ごとの危険度を考慮し、右表の避難所を目安に開設します。
避難する際には、安全な道路を選び、動きやすい服装で避難することを心がけてください。ただし、外に出ることが危険であると感じた場合などは、自宅の２階以上の階や、安全な場所に留まってください。

災害の危険度に応じて開設が予定される避難所

お住まいの町丁目	避難所目安
野塩一・二・五丁目	野塩地域市民センター
野塩四丁目、梅園三丁目	第六小学校または第二中学校
野塩三丁目、中里二丁目	第四中学校
中里四丁目	清瀬小学校または清瀬中学校
中里六丁目	第八小学校
下宿一丁目	第三中学校
下宿二・三丁目	清明小学校
上記以外の町丁目	状況に応じて開設されます。

※学校ではなく、市の関連施設で開設される場合があります。

日ごろからの備えも大切です

◆ハザードマップをご利用ください

市では浸水害・土砂災害に関する内容をまとめた「清瀬市洪水ハザードマップ」を作成しています。市ホームページでご覧いただける他、防災防犯課で配布しています。避難所への経路の確認にご活用ください。

◆防災グッズを用意しましょう

救助を求めるための「目立つ色のタオル」や「ホイッスル」、救助されるまでの「備蓄食糧や医薬品」、「着替えや毛布」なども用意しておきましょう。

雨量などの確認に東京都の河川水位情報をご利用ください

東京都では、都内に設置している雨量計、河川水位計の観測情報及び河川監視カメラの映像（５分単位の静止画）をインターネットでリアルタイムに提供しています。
雨量計、河川水位計の観測情報は、建設局ホームページの「降雨・河川水位情報」からご覧になれます。
《パソコン・スマートフォンの場合》
URL http://www.kasen-suibo.metro.tokyo.jp
《携帯電話の場合》
URL http://www.kasen-suibo.metro.tokyo.jp/k

道路の側溝・雨水ますの清掃にご協力ください

土砂や落ち葉などのごみが雨水ますに詰まることで雨水が流れず、道路上にあふれて冠水することがあります。
市でも清掃を行っていますが、梅雨や台風シーズンなどの大雨時には市内全ての箇所への対応が追いつかないことがあります。
ふたの上に溜まったごみは、取り除くだけでも冠水防止につながります。快適な道路環境を維持するためにも、ご自宅前の側溝や雨水ますの清掃にご協力をお願いします。
なお、清掃後のごみは、ご自宅にあるビニール袋に入れ、ご連絡いただければ回収に伺います。
問合せ　道路交通課道路施設係☎042・497・2095

雨水ますの形

清掃の方法

①雨水ますのふたの上にたまったごみを集めて……。

②写真のようにビニール袋に入れておいてください。

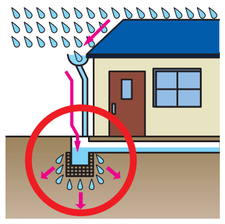
雨水浸透ます設置にご協力ください

「雨水浸透ます」とは？

雨水浸透ますは、屋根に降った雨水を雨どいを通して集め、地下に浸透させるための設備です。

雨水浸透ますの効果

都市化が進み、地面がアスファルトで覆われていくと、雨水が地中に浸透できず、道路排水路に流れ込む雨水の量が増えてしまうため、集中豪雨の際には雨水を流しきれなくなり、浸水被害の要因のひとつとなっています。
そこで、住宅などに雨水浸透ますを設置することにより、ますに集められた雨水が地中に浸み込み、地下水や湧水となってゆっくりと川に到達するとともに、住宅などの敷地から道路排水路に流れ込む雨水の量が減ることによって、浸水被害を抑制させることができます。



雨水浸透ます

雨水浸透ます設置費用を助成します

市では、個人住宅（新築の場合は除く）に雨水浸透ますを設置される方に、設置費用の一部を助成します。詳しくは、下記までお問い合わせください。
問合せ　下水道課施設計画係☎042・497・2532

特集 Special Topics　２年に１度は乳がん検診を ピンクリボン運動を行います

ピンクリボン運動とは

ピンクリボン運動は、1980年代にアメリカで乳がんで亡くなられた患者の家族が、「このような悲劇が繰り返されないように」と願いを込めて作ったリボンから始まった運動です。
アメリカでは、この運動の広がりによって乳がんに対する意識が高まり、乳がんの検診受診率も高まることで死亡率が低下、ピンクリボン運動が広く認知されるようになりました。
日本でも近年この運動は普及し、行政・企業・民間団体などが「乳がん」の早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるための活動を展開しています。

Pink Ribbon
ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の重要性を伝えるために、世界共通で使用されているシンボルマークです。

市でもピンクリボン運動を行います

多くの方が乳がん早期発見のための検診の大切さを理解し、積極的に乳がん検診を受診するよう、市では８月15日㈫からの乳がん検診後期募集に合わせ、ピンクリボン運動として普及啓発を実施します。
東京都健康推進キャラクター「ケンコウデスカマン」も一緒にPR活動を行います。

◆１日目（健康センター会場）
日時　８月22日㈫午前11時30分ごろ～正午ごろ
場所　健康センター
内容　リーフレットなどの配布による普及啓発活動

◆２日目（消費生活センター会場）
日時　８月24日㈭午前９時30分ごろ～11時30分ごろ
内容　リーフレットなどの配布による普及啓発活動の他、乳がん検診出張受け付けも行います（当日は、子宮がん検診の受け付けも実施いたします）。
問合せ　健康推進課健康推進係☎042・497・2075

ケンコウデスカマン

知ってますか？　乳がんのこと

◆働き盛り世代に多いがん

乳がんになる人は、30代から増え、50代までの働き盛りの世代に多く、この年代の女性のがん死亡原因のトップとなっています。
地域がん登録全国推計によるがん死亡データによれば、平成24年に女性が罹患するがんのなかで最も多いのが乳がんでした。

◆低い受診率

女性が罹患するがんのなかで最も多く、また近年乳がんに関わる報道などが多くなっているにも関わらず、市が実施する乳がん検診の受診率は平成21年度と比較してそれほど伸びてはいません。
世界的に見ても、日本の受診率は低い傾向にあるようです。

年度	受診率
平成21年度	21.8%
平成24年度	17.9%
平成27年度	21.9%

◆乳がんってどういう病気？

乳がんは、乳房のなかにある乳腺（母乳を作るところ）にできる悪性腫瘍で、乳がんの発生には、「エストロゲン」という女性ホルモンが深く関わっています。
生活習慣の変化や晩婚化などが因子と言われ、年々乳がんになる人が増える傾向にありますが、直接的な原因はわかっていないのが実情です。

◆早期発見が何より大事！

乳がんは早期に発見し、治療すればその多くが治る病気です。そのため、40歳になったら、２年に１回の検診を定期的に受診することがとても重要です。
また、たとえたばこや飲酒などをせず、適度な運動など健康を心がけていても、がんになるリスクはゼロではありません。だからこそ、次の備えとして検診での早期発見が大事なのです。

市で実施する乳がん・子宮がん検診

乳がん検診（後期）

視・触診とマンモグラフィ（乳房エックス線撮影）による検診です。
対象　市に住民登録のある40歳以上の女性（昭和53年３月31日以前生まれ）で、昨年度、市の乳がん検診を受けていない方（検診は２年に１度です）
定員　先着400人（申込みされた方には締め切り後、９月中旬に受診券などを送付します）
場所　織本病院・複十字病院・武蔵野総合クリニック（申込み状況、医療機関の混雑状況によっては、ご希望の医療機関での受診ができない場合もあります）
費用　２千円（病院でお支払いください）
検診期間　受診券が届いてから12月28日㈬まで
申込み・問合せ　８月15日から９月７日㈬（消印有効）までに、直接窓口、電子申請またはがきに必要事項を記入し（記入例参照）、健康推進課健康推進係☎042・497・2075へ

子宮がん検診（後期）

問診・視診・内診・細胞診による検診です。
対象　市に住民登録のある20歳以上の女性（平成10年３月31日以前生まれ）で、昨年度、市の子宮がん検診を受けていない方（検診は２年に１度です）
定員　先着350人（申込みされた方には締め切り後、９月中旬に受診券などを送付します）
場所　宇都宮レディースクリニック（９月１日㈮より開院予定、きよせの森コミュニティクリニック武谷眼科・風間内科
費用　頚がん検診千円、体がん検診（条件あり）千円
検診期間　受診券が届いてから12月28日㈬まで
申込み・問合せ　８月15日から９月７日㈬（消印有効）までに、直接窓口、電子申請またはがきに必要事項を記入し（記入例参照）、健康推進課健康推進係☎042・497・2075へ

※乳がん検診、子宮がん検診のいずれも60歳以上の方（昭和33年３月31日以前生まれの方）は無料です。また、世帯全員が住民税非課税の方、生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象者は、その証明書を提出すれば無料です。（世帯全員が住民税非課税の方は、健康推進課へ申請すればがん検診自己負担金無料券を発行します）

はがき記入例
（通常はがきで申込みください）

表

62　204-8511
清瀬市　健康福祉部
健康推進課　行

裏

乳がん検診申込み
または
子宮がん検診申込み

1　住所
2　氏名（ふりがな）
3　生年月日
4　電話番号
5　受診希望医療機関

広告欄

社会福祉法人 上宮会
清瀬リハビリテーション病院
診療科目　内科、呼吸器科、消化器科、小児科、リハビリテーション科、歯科（総合リハビリテーション施設）
病床数　168床
診療受付時間
内科・小児科　月～金　9:00～11:30　13:00～16:30　休診　土日祝
歯科　火水木土　9:00～11:40　13:00～16:30
☎042-493-6111　〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-33　http://www.kiyose-reha.jp

社会福祉法人 上宮会
特別養護老人ホーム（指定介護老人福祉施設）上宮園
特養　定員100床
ショートステイ　定員8床（他空床利用10床）
デイサービス　1日　25名
居宅介護支援事業所
特養・ショートステイ　☎042-493-6118
デイサービス　☎042-494-1990
居宅介護支援事業所　☎042-491-3200
〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-31 http://jyogu.com/jyoguen/

■西武池袋線「清瀬駅」南口下車、西武バス「篠のゆば」「久米川駅行」乗車、バス停「上宮」下車徒歩2分
■西武新宿線「久米川駅」北口下車、西武バス「篠の子」「武蔵境駅南口行」乗車、バス停「上宮」下車徒歩2分
■JR武蔵野線「新秋津駅」下車、タクシーで10分

子算内で子供と２世帯住宅へ孫の成長が楽しみです…

契約前から毎回時間に正確でした。やっぱり現場も正確でしたね…

住みながら工事信頼できた棟梁。老後も安心安全な住居になりました…

空家を賃貸へ未来の投資に相続・防犯対策にもなりました…

ご契約者様専用「お客様センター」生涯家の相談先大手の安心ですね…

リフォームなら　新築そっくりさん！
住友不動産の新築そっくりさん　承り時間 9時～20時 土日祝も承ります
お問い合わせ・資料のご請求はお電話で。ホームページからもどうぞ！
0120-813-750　新築そっくりさん 東京　検索

熊本地震耐えられました。そっくりさんの耐震補強のおかげです…