



区報さえき 9.1号

P7・P8編集・佐伯区役所区政調整課  
〒731-5195 佐伯区海老園二丁目5番28号  
☎943-9703 ㊟923-5098

ささえあい えがおあふれる きぼうのまち

# 佐伯区だより

広島市佐伯区役所

検索

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saekiku/>

佐伯区の人口 140,764人(297人増)  
佐伯区の世帯数 63,604世帯(763世帯増)  
令和3年7月末現在(前年同月比)

## 台風

台風が接近する前に情報収集を行い、予想進路や雨の降り方などを知ること、災害に対して、事前に対策をとることができます。

被害を最小限にするために、いざというときの行動を確認しておきましょう。

岡地域起こし推進課(☎943-9704㊟943-9718)  
佐伯消防署警防課(☎921-2235㊟921-5336)

### 1 普段からの準備

- 市防災情報メールの登録や、市避難誘導アプリ「避難所へGo!」をインストールし、情報入手の手段を確保しましょう
- お住まいの地域の危険区域を、ハザードマップや市防災ポータルなどで調べておきましょう

### 感染症予防にご協力を

避難所の過密状態を避けるため、安全な場所にある知人・親戚宅などへの分散避難をお願いします。安全な場所にいる場合は、避難する必要はありません。

新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、避難所へ避難する際は、マスク、消毒液、体温計を持参しましょう。また、避難所での手洗い、手指消毒、咳エチケットを徹底しましょう。

### 非常持ち出し品のご用意を

非常持ち出し品は両手が使えるようリュックサックに入れ、すぐ持ち出せるよう玄関に保管しておきましょう。

#### 【持ち出し品の例】

- 飲料水、非常食
  - 現金、印鑑、通帳、保険証、身分証明書など
  - 下着、衣類、タオルなど
  - 常備薬、お薬手帳、マスク、体温計、消毒液など
  - 携帯電話、携帯電話用充電器、懐中電灯、ラジオなど
- ※家族構成などに合わせて必要なものを非常持ち出し品に加えましょう  
※各家庭で「ローリングストック法」を実施し、食料や日用品の備蓄をしておきましょう

#### 【ローリングストック法とは】

普段から多めに備蓄用の食材や日用品などを買っておき、使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の在庫を家に備蓄する方法

### 2 台風が発生したら

- 最新の気象情報をテレビ、ラジオ、インターネットなどでこまめに確認しましょう
- 雨風が強まらないうちに、屋外にある飛びやすいものを室内に入れましょう
- 飛来物により窓ガラスが割れる恐れがあります。飛散防止フィルムを貼る、カーテンを閉めるなどの対策で窓ガラスの破片の飛散を防ぎましょう
- 崖の近くなど土砂災害が発生する恐れのある地域の人は、早めに安全な場所へ避難しましょう
- 避難指示などが出たときは、安全を確認の上、速やかに避難しましょう
- 周囲が暗くなり雨風が強まるなど、屋外の避難に危険を感じた場合は、自宅の2階以上など少しでも安全な部屋へ避難しましょう
- 海岸や用水路、田畑の見回り、屋外での作業は危険です。絶対にやめましょう

## シニアクラブ新規会員募集中!

佐伯区の「老人クラブ」は、元気な高齢者が集う「シニアクラブ」に名称を変更しました。区内40カ所、約3,300人の会員が、元気に楽しく活動しています。

以下の4つのテーマを柱として、広く地域社会に貢献するシニアクラブの活動を、区も支援しています。

#### 1 生きがづくり

カラオケ、教養アップ講座、麻雀、囲碁、手芸ほか多数

#### 2 健康づくり

グラウンド・ゴルフ、ウォーキング、ゴルフコンペ、健康体操ほか

#### 3 仲間づくり

交流サロン、旅行、誕生会、三世代交流ほか

#### 4 地域づくり 社会貢献

地域の美化、一人暮らし高齢者や児童の見守り、防犯声掛けほか

- 60歳以上の人は誰でも入会できます
- 市高齢者いきいき活動ポイント事業の対象となる活動が多数あります
- お近くのクラブ・内容などを紹介します  
※活動種目・趣味のサークルはクラブによって異なります
- ※シニアクラブが設置されていない地区が一部あります。詳しくはお問い合わせください

地域の仲間と一緒に  
第二の人生をイキイキと  
楽しみましょう!!



岡佐伯区シニアクラブ連合会(☎㊟943-3357)  
(月、水、木、金)10:00~16:00

## 高齢者スポーツ大会

区シニアクラブ連合会が中心となり、スポーツ大会を実施します。来秋、神奈川県で開催予定のねりんピック出場の区予選大会を兼ねています。

※区内在住で昭和38年4月1日以前に生まれた人

	ペタンク	グラウンド・ゴルフ
開催日	9月16日(木) 受付8:30 開会9:00 雨天の場合は翌日	10月7日(木) 受付8:30 開会9:00 雨天の場合は翌日
会場	五日市中央公園 (五日市中央六丁目1-10)	佐伯運動公園 (五日市町保井田350-3)
チーム編成	1チーム3人 チーム内に女性1人以上 (1学区3チームまで)	個人戦 (1団体13人まで)
表彰	1~3位	1~6位、ホールインワン賞
市老連大会	10月21日(木) 6チーム出場予定	11月11日(木) 12人出場予定
参加費	1人700円(区シニアクラブ会員200円)	
申込締切	9月6日(月)(必着)	9月24日(金)(必着)
申込方法	事務局(同連合会内)へ電話で(電話番号などは左記のとおり)	

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止となる場合があります

## 新連載

### こちら! 佐伯警察署①

今回から、佐伯警察署による不定期連載が始まります。暮らしの安心と安全に役立つ情報をお届けしていきます。

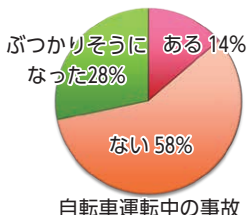
皆さんは、自転車が横を通るときや自転車に乗るときに「ヒヤッ」としたことはありませんか。

佐伯警察署が高校生を対象に行ったアンケート調査の

### 自転車に乗る人へのお願い

結果、自転車に乗車中に4割以上が、「交通事故に遭った」または「交通事故に遭いそうになった」と回答しています。

最近では、電動アシスト付き自転



車の普及により、高校生だけでなく幅広い世代で、自転車のスピードが出やすくなっています。

ルールを守り、他の車や歩行者にも気を配って運転しましょう。

岡佐伯警察署(☎922-0110 ㊟922-0113)