

総合防災訓練を 実施します

11月18日(日)
午前8時30分

地域ぐるみで
防災力を高めよう

総合防災訓練は、東京多摩地域を震源としたマグニチュード7.3(震度5強から震度6強)の直下型地震が発生したことを想定して実施します。メイン会場や各町内会・自治会などで行う訓練に積極的に参加してください。午前8時30分に防災行政無線で訓練開始のサイレンを鳴らしますので、本当の地震と間違えないようにしてください。

今回のサイレンはJアラート(全国瞬時警報システム)を利用するのと、通常のサイレンの音とは異なります。携帯電話への緊急速報メール(エリアメール)試験配信も併せて行います。

11月25日(日)は
一斉清掃の実施日です

一斉清掃は、町内会・自治会連合会などのご協力により、皆さんの共有財産である道路、公園、河川などの清掃をする活動です。この活動を通じて地域の方々の交流を深めることができます。多くの方の参加をお願いします。

日時 11月25日(日) 午前8時~正午(小雨実施、雨天の場合は12月2日(日))

校庭
その他 各町内会・自治会の一時避難場所と市指定避難場所など
メイン会場の訓練
初期消火訓練 消火器を使った消火訓練です。
応急救護訓練 AEDの使い方や心臓マッサージの方法などを体験できます。
煙体験ハウス 火災が発生し、室内に煙が充満した状態の避難を体験できます。
給食訓練 自衛隊と赤十字奉仕団が協力して調理した非常食を、訓練参加者が試食します。
参集訓練 町内会・自治会などで声を掛け合い、避難場所へ避難します。
展示コーナー 消防車や電気、電話、ガスなどの防災に関する展示を行います。
メイン会場では、ほかにいろいろな訓練を行います。町内会・自治会に加入されていない方も積極的に参加してください。
訓練に伴い、メイン会場周辺では、防災関係車両の通行や騒音などが予想されます。

安全で快適な道づくりにご協力を
緊急速報メール(エリアメール)
市内を対象エリアとして配信します。携帯電話3社(NTTドコモ、KDDI、ソフトバンクモバイル)の携帯端末のうち、緊急速報メールの受信機能を備えた機種で受信可能ですが、電波状態によっては受信できないことがあります。
地震に対する10の備え
突然、大きな地震に襲われても慌てないように、日ごろの備えをしましょう。
家具類の転倒・落下防止をしておく
家屋や塀の強度を確認しておく
消火の備えをしておく
火災発生時の早期発見と防止対策をしておく
非常用品を備えておく
家族で話し合っておく
地域の危険性を把握しておく
防災知識を身につけておく
防災行動力を高めておく
問合せ 地域防災課 防災安全係



道路沿いの生け垣や庭木の枝が伸びていると、カーブミラーや信号などが見えなくなり危険です。放置しておくと倒木や落下した枝が通行の妨げとなり思わぬ事故を招くことがあります。道路の事故防止と安全対策のために、生け垣や樹木の手入れを計画的に行いましょう。
次のような行為は、直接通行の妨げとなり危険なうえに商品や看板を並べること
自転車・バイクなどを放置すること
車などの出入りのために段差プレートなどを置くこと
問合せ 管理課 管理係 (直通558・2035)

あきる野市教育の日
未来を築く
青少年健全育成
あきる野市大会
11月1日(土) 午後1時
場所 秋川キララホール
中学生の主張大会 市内在住・在学の中学生の応募者1433人の中から選ばれた14人が発表しました。
発表者(発表順、敬称略): 横山萌笑(東中)、吉永紗碧(御堂中)、三浦颯太(菅生高校中等部)、神尾朱音(秋多中)、原田佑樹(五箇市中)、三原彩夏(増戸中)、吾郷里佳子(西中)、篠原瑞季(西中)、伊藤桂(増戸中)、宮崎真帆(五箇市中)、大友創資(東中)、山本雅多(菅生高校中等部)、小岩井萌(秋多中)、北島菜生(御堂中)
小学生人権メッセ
小学生人権メッセ「健やか」(55)
お酒の起源から自分の飲み方を考えよう
今年も残りわずかとなり、そろそろ忘年会シーズンですね。忘年会といえばお酒が付きものです。そんなお酒を人々がたしなむようになったのは、いつ頃かからなのでしょうか?
お酒は遙か昔から存在していたようです。穀物や果物を食料として保存しているうちに、糖分が自然発酵してアルコールができ、それを偶然口にしたのが始まりではないかといわれています。日本人とお酒についての最古の記録は、3世紀に書かれた中国の歴史書にあり、そこには人が亡くなった時に人々が集まり「歌舞飲酒」といって風習が書かれていて、当時すでにお酒が飲まれていた



アダプト制度への参加募集
道路・水路・公園を定期的に市と協働で美化・清掃する2人以上で構成する団体を募集しています。
アダプトとは、「養子縁組」という意味の英語で、アダプト制度は「里親制度」と訳されます。市民の皆さんが道路、水路、公園の「里親」となり、愛情と責任を持って美化(清掃活動)を行い、これを市が支援する制度です。現在5団体103人が登録し、市が傷害保険加入、ごみ収集袋の提供などで活動を支援しています。
申込み・問合せ 管理課 管理係(直通558・2035)

国際姉妹都市交流
中学生海外派遣団
アメリカから無事帰国
今回で17回目となる中学生海外派遣団(市立中学校在籍生徒7人)が10月31日から11月10日まで、国際姉妹都市のマルボロウ市(米国マサチューセッツ州)を訪れ、11日に無事帰国しました。
滞在中、団員はホストファミリーの家にホームステイしながら、ウィットコム・スクールに通い、アメリカの学校生活を体験しました。
派遣された中学生の貴重な体験は、今後のあきる野市の国際化推進の大きな原動力になるものと期待されます。

めざせ健康あきる野21
健康情報「健やか」(55)
お酒の起源から自分の飲み方を考えよう
今年も残りわずかとなり、そろそろ忘年会シーズンですね。忘年会といえばお酒が付きものです。そんなお酒を人々がたしなむようになったのは、いつ頃かからなのでしょうか?
お酒は遙か昔から存在していたようです。穀物や果物を食料として保存しているうちに、糖分が自然発酵してアルコールができ、それを偶然口にしたのが始まりではないかといわれています。日本人とお酒についての最古の記録は、3世紀に書かれた中国の歴史書にあり、そこには人が亡くなった時に人々が集まり「歌舞飲酒」といって風習が書かれていて、当時すでにお酒が飲まれていた

お酒と上手に付き合うコツ
1日の適量を守る
週に2日の休肝日をとる
空腹を避ける
おつまみを賢く選ぶ
質が少なく、胃の粘膜を保護する豆腐や魚などのたんぱく質や二日酔いの予防に有効なビタミン、ミネラル、食物繊維の豊富なサラダ、お浸し、酢の物、枝豆などを選ぶように心がけましょう。
水とともに飲む
ことわざに「酒三杯は身の薬」という言葉があります。お酒も適量であれば、体に良いようです。上手に付き合います。
問合せ 健康課健康づくり係