

## 3.11東日本大震災から10年

# 災害への備えは大丈夫ですか？～日頃から災害への準備をしておきましょう～

未曾有の大災害となった東日本大震災から、まもなく10年を迎えます。5年目に当たる平成28年には、気象庁の震度階級で最も大きい震度7を2回観測した熊本地震が発生し、10年目を迎える本年2月13日には、東日本大震災の余震と考えられる福島県沖を震源とした地震が発生し、宮城県と福島県で震度6強を観測しました。また、近年では大阪府北部を震源とする地震や北海道胆振東部地震など、大きな震度を観測する地震が多発しています。また、首都圏では首都直下地震の発生も懸念されています。

災害時には、一人一人が自分の身は自分で守る「自助」と、周りの人と助け合う「共助」の心を持つことが重要です。犠牲となられた方々や災害から得られた貴重な教訓を忘れることなく、日頃からいつ起こるか分からない災害への準備を整えておきましょう。  
▶危機管理課 ☎042-438-4010

### 自助

あわてずに行動できるようにご家族と日頃から避難場所の確認や連絡方法について話し合っておきましょう。

- 家具転倒防止器具やガラス飛散防止フィルムなどの設置、家具の配置をチェックし安全性を高めておきましょう。
- 災害時に自宅で生活するうえで必要な飲料や食料品、生活必需品を日ごろから備えておくことも重要です(日常備蓄)。普段使っているものを少し多めに用意する。また、応急手当をするための救急薬品なども準備しておきましょう。



器具イメージ



### 共助

日頃からご近所の方とコミュニケーションをとりましょう。災害時に避難施設となる市立小・中学校では、地域の方々を中心とした「避難所運営協議会」が活動しており、避難施設のスムーズな開設・運営のため、マニュアルの作成や訓練を行っています。協議会が開催する訓練などに参加して、防災の知識と行動力を身につけましょう。

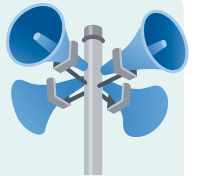
### 公助

被害想定に基づいて、物資の備蓄を進めているほか、さまざまな団体・組織と災害協定を結び、協力体制を構築しています。また、災害時に複数の手段で情報を入手できる体制づくりを進めています。

#### ☐防災行政無線

市内75カ所のスピーカーから災害や避難に関する情報を放送します。

放送内容を電話で確認できる「防災行政無線自動電話応答サービス」☎042-438-4103も整備しています。



#### ☐安全・安心いーなメール

登録したメールアドレスに、震度4以上の地震情報や気象警報をはじめ避難情報などの防災情報を配信します。



利用者登録

#### ☐いこいーな西東京ナビ(スマートフォン向けアプリ)

避難施設の位置や市内にあるAEDの設置場所などの情報が確認できます。



いこいーな西東京ナビ

#### ☐市HP・Twitter・Facebook

最新の情報を随時更新します。



市公式SNS

#### ☐FM西東京(84.2MHz)・J:COM

西東京市の災害状況をお知らせします。



## 自転車の盗難に注意しましょう

犯人は「ちょっと足代わりに」という軽い気持ちで自転車を盗んでしまいます。盗難を防ぐため、盗難に遭ったときのため、日頃から次のような対策をしましょう。



#### ☐盗難防止等対策

- わずかな時間でも、自転車から離れるときは必ず鍵を掛けましょう。無施錠の自転車を盗むのに時間はかかりません。あなたが戻るより早く自転車は盗まれてしまいます。

- 2重ロックを活用しましょう。常設の鍵に加えて、防犯性の高い補助錠を取り付けるなどの対策で、自転車は盗まれにくくなります。

- 必ず防犯登録をしましょう。盗難に遭い被害届を提出するときのために、防犯登録の控えは大切に保管してください。

☎田無警察署 ☎042-467-0110  
▶危機管理課 ☎042-438-4010



## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※マークがないものは、当日、直接会場へ

### 3月の薬湯 ～紅花の湯～

#### ☐効能

アレルギーと美容

時 3月7日(日)

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)

場 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ

問 西東京市公衆浴協会

庚申湯 ☎042-465-0261

### 自衛隊募集

#### ◆一般幹部候補生(陸・海・空)

自衛隊のリーダー「幹部自衛官」の養成を目的としたコースです。幹部自衛官は、陸海空それぞれのステージで多くの隊員を指揮・統率(運用)する総合職です。

#### ☐入校時期

令和4年3月中旬～4月上旬

#### ☐応募資格

22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満は大卒見込みを含む)  
※修士課程修了者は28歳未満(見込みを含む)

#### ☐試験日程

1次: 5月8日(土)・9日(日)

#### ☐受付期間

3月1日(月)～4月28日(水)

#### ◆一般曹候補生(陸・海・空)

自衛隊の中核となる「曹」(専門的な知識を持つ現場のリーダー)を養成するコースです。

#### ☐入隊時期

令和4年3月下旬～4月上旬

※その他の時期に設定されることもあります。

#### ☐応募資格

18歳以上33歳未満の方

#### ☐試験日程

1次: 5月21日(金)～30日(日)(いずれか1日を指定されます)

#### ☐受付期間

3月1日(月)～5月11日(火)

#### 自衛隊 西東京

検索

問 自衛隊西東京地域事務所

☎042-463-1981

### HIBARIDOを利用してみませんか?

西東京市の創業支援事業の一環として開設したHIBARIDOは、シェアキッチン・ショップ・ワークスペースの3区画からなる複合型施設です。手作りのパンやお菓子、オリジナル雑貨などの販売場所としてのご利用やフリーランスや副業の拠点としてもお使いいただけます。各区画とも利用者を募集中ですので、職住近接のワークスタイルを目指す方など、ぜひご検討ください。

※詳細は問のHPへ

問 株式会社タウンキッチン

✉hibarido@town-kitchen.com

### 個別無料税務相談会

時 毎月2～3回(水)午前10時～午後4時

内 税理士が相続税・贈与税・所得税

などの相談(事前予約制)

※時間に制限があるため、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。

申問のHPをご覧ください。

場・問 東京税理士会東村山支部

☎042-394-7038

### 後見人のつどい

後見業務を行う上での困りごとや疑問について、座談会形式で意見交換を行います。ぜひご参加ください。

時 3月15日(月)午後2時～3時30分

場 田無総合福祉センター

内 親族後見人(これから就任予定の方を含む)と専門家との座談会

対 在住で親族後見人(就任予定・検討中を含む)

申 電話で問へ

問 社会福祉協議会

権利擁護センターあんしん西東京

☎042-497-5239