



鳴門市人権福祉センター だより

2025年 August No. 139

8月(葉月)号

暦の上では夏も終盤となりますが、照りつける日差しの強さは真夏そのもので、まだまだ
厳しい暑さの続く毎日ですが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

あまりの暑さに、冷たい飲み物や食べ物をつい選びがちになる時期ですが、冷たいもの
の摂り過ぎは、胃腸の不調にもつながります。温かい食事を摂るほか、バランスのとれた
食事を心がけましょう。

また8月～9月は台風が多い時期です。裏面には台風・大雨などの自然災害に対する
備えについてまとめましたので、ぜひ参考にして下さいね。



人権福祉センター事業

【デイサービス事業分】

○健康体操教室	8月 4日(月) 10:00～	1階老人ルーム
○フラワー教室	8月 6日(水) 10:00～	1階老人ルーム
○介護予防教室(理学)	8月 15日(金) 10:00～	1階老人ルーム
○いきいき運動教室	8月 19日(火) 10:00～	1階老人ルーム
○健康体操教室	8月 25日(月) 10:00～	1階老人ルーム



【隣保館基本事業分】

○職業相談	8月 6日(水) 13:30～14:30	1階応接室
○移動図書館車	8月 8日(金) 15:30～15:50	玄関前
○識字学級	毎週木曜日 10:00～	1階老人ルーム
○手芸教室	8月 13日(水)・27日(水) 13:30～	1階老人ルーム

人権福祉センター

鳴門市大麻町三俣字前野18番地

TEL(088)689-2090

FAX(088)689-2091

MAIL(jinkenfukushi@city.naruto.i-tokushima.jp)

人権福祉センターだよりは、二次元コードで読み取ることもできます。



台風・大雨などの自然災害による被害に備えて

鳴門市では発生する可能性が高い災害として、台風による被害があります。
また、近年では大雨による災害が増えているため、油断をせず備えをすることが大切です。

■避難場所

鳴門市人権福祉センターは、大雨による災害などに対しても避難場所となります。
「もしも災害が起こったら・・・」を想定して、家族で避難場所などを確認しておきましょう。
避難場所などについては、「広報なると7月号」(3ページ)にも記載がありますのでご確認ください。

■避難情報などを確認

鳴門市では公式ウェブサイト、市公式X(エックス)、メール配信、
防災無線による屋外スピーカー、緊急速報メールなどで避難情報
をお伝えしています。あらかじめ災害が予想される場合は、
テレビやラジオなどでも情報をこまめに確認しましょう。



■自宅や自宅周囲の安全対策を事前しておく

- ① 飛来物が入り込んでくるのを防ぐため、雨戸やカーテンを閉める。
- ② 植木鉢など風で飛ばされそうな物は、飛ばないように固定したり、家の中に格納する。
- ③ 屋根の瓦や外壁にひび、はがれがないか、雨どいや排水溝に、ごみがつまっていないかを
確認するなど、浸水対策をしておく。

■非常用品の備蓄

- ① 買い置きのものから定期的に使って、使った分を買い直し、
備蓄していく。(ローリングストック)
- ② 非常用品を確認しておく。
(懐中電灯、携帯用ラジオ、救急薬品や常備薬、衣類、衛生用品、非常用食品、貴重品など)
- ③ 水を確保する。(断水に備えた飲料水のほか、浴槽に水を張るなどして生活用水を確保する。)



■台風接近中は不要な外出を避け、危険な場所へは近づかない

増水した川や水路・側溝は境界が分かりにくくなる場合があります、危険です。
日頃安全だと思われる場所でも突風によってものが飛んでくるなど、思わぬ被害が発生する
可能性もあります。不要な外出は避けるようにしましょう。