

# 自主防災だより

～冬場の災害、防寒対策を！！～

問合せ 防災課  
☎ 32-0119

冬場に災害が起きた場合は、寒さが命取りになりかねません。平成23年3月に発生した東日本大震災の被災地では、低体温症になる方も少なくありませんでした。また、新型コロナウイルス感染症の予防対策として、避難所では換気の徹底が求められることもあり、一層の防寒対策が必要となります。

そこで自宅や避難先での防寒対策について、大事なポイントをご紹介します。

## ポイント①

- ・重ね着できるような衣類などを身近にまとめておく。
- ・すぐに持ち出せるよう、寝室に肌着や靴下、畳めるダウンジャケット、タオル、毛布などを袋にまとめておく。
- ・自家用車にも毛布や衣類を積んでおく。



## ポイント②

- ・カイロなどの日用品を活用し、温かさを保つ。
- ・新聞をごみ袋に詰めて、その中に足を入れたり、腹や腰まわりに新聞と食品用ラップを巻き付けて温かさを保つ。
- ・巻きスカートは毛布やマットの代わりになり、着替えの際の目隠しにも使える。

## ポイント③

- ・ライフラインが寸断された時でも使える器具を備えておく。
- ・電気やガスなどのライフラインが寸断された際に、暖房や照明、調理用として使用できる反射式の石油ストーブなどを備えておく。
- ・火を使わずに食品の加熱が可能な調理補助グッズや、取り扱いが簡単なカセットコンロを備えておく。

## 知ってお得な市政番組をご覧ください

### ヒットネットTV(ケーブルTV)

#### ○ハイ、市役所です

高山市で取り組んでいる各種事業を紹介する番組  
毎日 9:00、12:00、19:30  
※放送終了後は、YouTubeで配信しています。

#### ○週刊たかやまニュース

1週間に行われたイベントなどを紹介する番組  
毎日 7:30、19:00(毎週金曜日19:00更新)

### ヒッツFM(76.5MHz)

#### ○シティガイドたかやま

高山市で取り組んでいる各種事業を紹介する番組  
放送日時 毎週(火)～(木)12:00～、17:45～

#### ○教えて！くにしま市長

ナビゲーターが、一市民として市政に関する気になる話やタイムリーな話題などを質問し、國島市長が分かりやすく解説する軽快なトーク番組  
毎週(月)12:00～、17:45～



問合せ 広報情報課 ☎ 35-3134

## 市長室へようこそ



### ●市民と市長の面談日

1月26日(火)

13:30～16:15

※事前にご予約ください

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止する場合がありますのでご了承ください。

市長室直通FAXもご利用ください  
FAX☎36-2060

問合せ先 秘書課 ☎35-3130

## 1月のこよみ

※新型コロナウイルスの状況により、行事などが中止・延期となる場合があります。

1月1日(金)	新成人を祝うつどい(上宝・奥飛驒温泉郷)
2日(土)	新成人を祝うつどい(一之宮、久々野、朝日・高根)
3日(日)	新成人を祝うつどい(国府)
4日(月)	官公庁事務始め(1月4日)
5日(火)	消防出初式(1月5日)
10日(日)	新成人を祝うつどい(高山、丹生川、清見、荘川)



### 《今後の予定》

中尾かまくらまつり(2月1日～10日)  
奥飛驒温泉郷雪像コンテスト(2月5日～14日)  
平湯大滝結氷まつり(2月15日～25日)  
NORIKURA ウィンターカーニバル(2月21日)