

# 全国瞬時警報システム

## J-ALERT (ジェイ・アラート) 運用開始

### ◆全国瞬時警報システム(J-ALERT)とは？

大規模な地震や他国からの武力攻撃などの緊急事態が発生した場合に、国が発信した緊急情報を人工衛星等を経由して受信し、自動的に村の光ネットワークと連動して、各家庭に設置している受信機から皆さんに一斉かつ瞬時にお知らせするシステムです。

これらの情報が放送された時は、テレビなどでその後の情報を収集し、身の安全を確保して落ち着いて行動するようにしましょう。

■運用開始 島牧村では平成23年4月1日から運用されます。

### ■提供される情報

【国民保護情報】 弾道ミサイル情報、航空攻撃情報、ゲリラなどによる武力攻撃情報、大規模テロ情報

☞☞ これらの放送があったら、すみやかに屋内へ避難してください。

【津波関係情報】 大津波警報、津波警報

☞☞ これらの放送があったら、ただちに高台等へ避難してください。

【地震関係情報】 緊急地震速報(震度4以上の揺れが想定される場合)

☞☞ これらの放送があったら、周囲の状況にあわせ、あわてずに身の安全を確保してください。

### ■注意事項

- 1 これらの情報は、自動的に放送するシステムのため、時間帯に関係なく真夜中でも放送されることがあります。
- 2 このシステムは、国のコンピュータが自動的に発信するシステムですので、誤報などが放送される可能性があります。その場合は、誤報キャンセル放送が流れます。
- 3 緊急地震速報の場合、震源が近い時や直下型地震の場合は、放送が間に合わないことがあります。
- 4 訓練や機器の調整のため、試験放送を行う場合があります。(この場合は、訓練放送として放送します)。

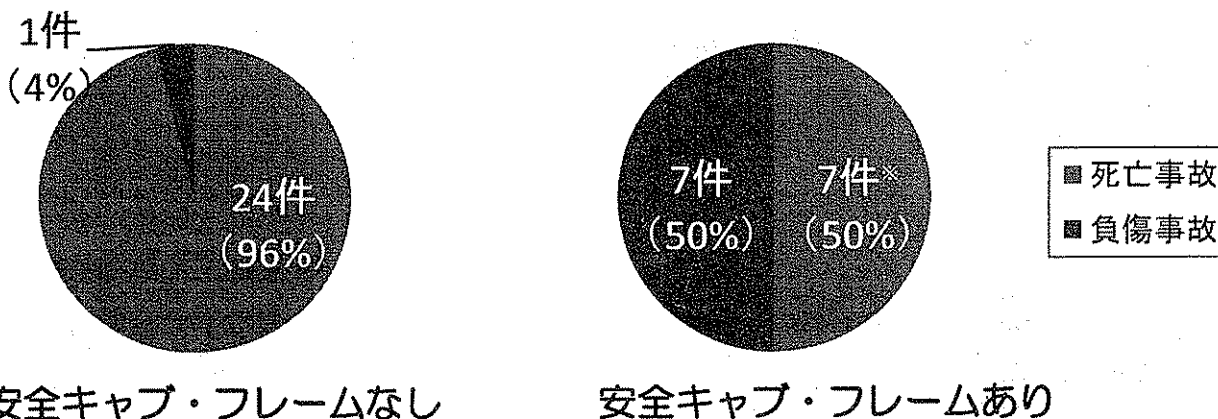
島 牧 村 総 務 課

# 乗用型トラクターの事故に関する 安全対策のポイント

[都道府県事故情報(平成22年4月から9月まで)詳細分析結果]

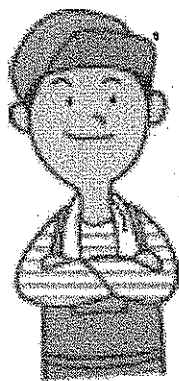
## ①安全キャブ・フレームのあるトラクターを使用し、シートベルト着用を徹底しましょう!

### ○安全キャブ・フレームの有無による事故割合

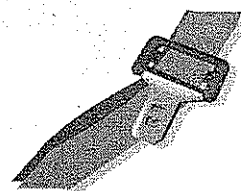


※ 安全キャブ・フレームありの死亡事故(7件)についてみると、うち5件はシートベルト未着用(推定を含む)。

安全キャブ・フレームのあるトラクターでもシートベルトを着用しなければ、安全域の中に身体が固定されないため、転倒した際に身体を守ることはできません。



### 【ここをチェック】



フレーム付きトラクターでのシートベルト着用を徹底しましょう。

いつも気をつけている

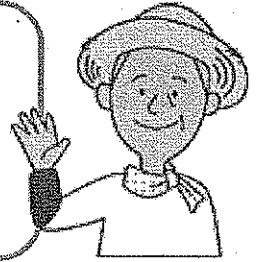


今後もっと気をつける

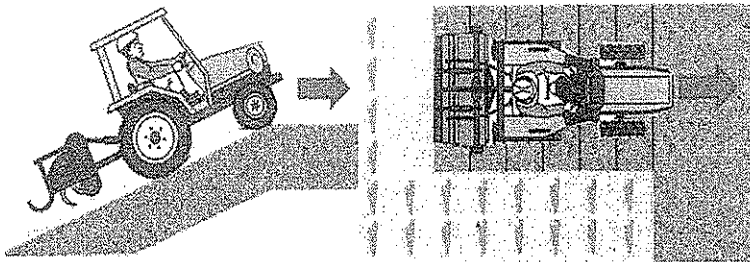


## ②作業環境を確認し、危険性に配慮しましょう！

転倒が発生している場所としては、ほ場から出入りする際の傾斜やほ場の端から法面に転落するケースが数多く報告されています。以下の点に注意し、事故を起こさない環境作りを心がけることが重要です。



### 【ここをチェック】

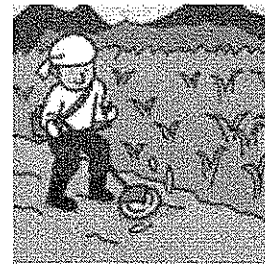


作業機を下げて、傾斜に対して直角の向きで入退出しましょう。

いつも気をつけている

今後もっと気をつける

### 【ここをチェック】



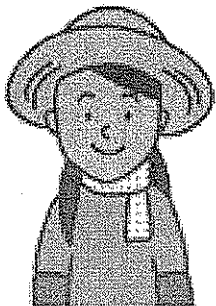
危険が潜む場所は草刈りで見通しをよくしましょう。

いつも気をつけている

今後もっと気をつける

## ③ブレーキペダルの連結を確認しましょう！

転落・転倒事故の多くは操作上のミスが伴うものと思われます。ほ場から出たところでの事故では片ブレーキによる事故などが考えられます。



### 【ここをチェック】



作業が終わったら、圃場を出る前にブレーキを連結しましょう。

いつも気をつけている

今後もっと気をつける

# スポーツセンターだより

発行第309号  
2011・3・25  
島牧村若者総合  
スポーツセンター  
74-5303



毎月第3日曜日「道民家庭の日」  
～家族の心のふれあいを大切に～

「子供たちはこうして 生き方を学びます」

○ 批判ばかり受けて育った子は、避難ばかりします。

○ 敵意にみちた中で育った子は、だれとでも戦います。

○ ひやかしを受けて育った子は、はにかみ屋になります。

○ ねたみを受けて育った子は、いつも悪いことをしているような気持ちになります。

○ 心が寛大な人の中で育った子は、がまん強くなります。

○ はげましを受けて育った子は、自信を持ちます。

○ ほめられる中で育った子は、いつも感謝することを知ります。

○ 公明正大な中で育った子は、正義心を持ちます。

○ 思いやりのある中で育った子は、信仰心を持ちます。

○ 人に認めてもらえる中で育った子は、自分を大事にします。

○ 仲間の愛の中で育った子は、世界に愛をみつけます。

作：ドロシー・ロー・ノルト  
訳：吉永 宏

## 4月のアリーナ使用予定 (空白は一般開放)

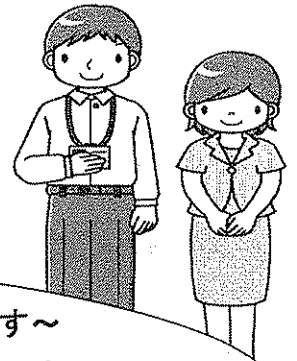
13:00    15:00    17:00    19:00    22:00

日	曜日	13:00	15:00	17:00	19:00	22:00
1	金	バドミントン少年団			18:30～	バドミントン協会
2	土		13:00～16:30 バレーボール少年団			
3	日				18:30～	バドミントン協会
4	月	休館日				
5	火	バレーボール少年団			18:30～	柔道会 バドミントン協会
6	水		14:30～17:30 バドミントン少年団		18:30～	柔道会 原歌ミニバレー
7	木		14:30～17:30 バドミントン少年団		18:30～	柔道会 卓球協会・バレー愛好会
8	金				18:30～	バドミントン協会
9	土	バドミントン少年団	14:30～17:30 バドミントン少年団			
10	日				18:30～	バドミントン協会
11	月	休館日				
12	火				18:30～	柔道会 バドミントン協会
13	水				18:30～	柔道会 原歌ミニバレー
14	木		14:00～17:30 バドミントン少年団		18:30～	柔道会 卓球協会・バレー愛好会
15	金				18:30～	バドミントン協会
16	土	バドミントン少年団				
17	日				18:30～	バドミントン協会
18	月	休館日				
19	火				18:30～	柔道会 バドミントン協会
20	水				18:30～	柔道会 原歌ミニバレー
21	木		14:00～17:30 バドミントン少年団		18:30～	柔道会 卓球協会・バレー愛好会
22	金				18:30～	バドミントン協会
23	土	バドミントン少年団				
24	日				18:30～	バドミントン協会
25	月	休館日				
26	火				18:30～	柔道会 バドミントン協会
27	水				18:30～	柔道会 原歌ミニバレー
28	木		14:00～17:30 バドミントン少年団		18:30～	柔道会 卓球協会・バレー愛好会
29	金				18:30～	バドミントン協会
30	土	バドミントン少年団				

※ 効果的運営のため使用中止する場合は、団体の代表者が責任をもって、スポーツセンターに連絡すること。

あなたの職場は禁煙・分煙対策、進んでいますか？

禁煙がベストですが、まず正しい分煙対策を知りましょう。



村民の声～職場のタバコでつらい思いをしている人たちがいます～  
「吸っていい？」ってきいたら「いいよ」って言うからいいっしょ！  
はダメ。周りの人は、「嫌だ」と言えずにあなたのタバコを仕方なく  
受け入れているだけです。周りの人の健康を考えましょう。

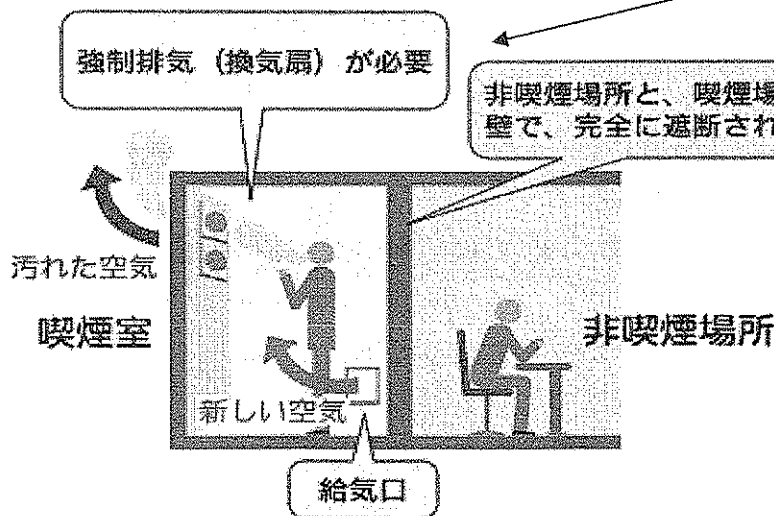
## その9 職場でのタバコ対策について

喫煙対策が求められる理由とは？

主流煙よりも副流煙の方が有害物質が多く、副流煙によって肺がんやアレルギー、不快感を周りの人に与えます。職場で分煙すると受動喫煙を防ぐことができ、それを機会にタバコの本数が減ったり禁煙できた、などの効果が期待できます。

また職場に禁煙が広まるとタバコによるイライラ感、休憩前の集中できない感じが解消され、仕事の能率や職場の雰囲気、事業所のイメージが良くなるでしょう。

望ましい対策 1番：建物敷地内禁煙 2番：建物内禁煙 3番：喫煙室分煙



「理想は分かるけど、今すぐにはできない…」という方は、まず部屋を分けましょう。

★空気清浄機においては消えても、副流煙の中の一酸化炭素などの有害物質は96.7%も残るので、効果なしです。

※新たに喫煙室を設置工事する場合や消防法の規則等については厚生労働省ホームページ「効果的な分煙対策を行うための留意事項」等をご確認ください。

## タバコクイズ (9)

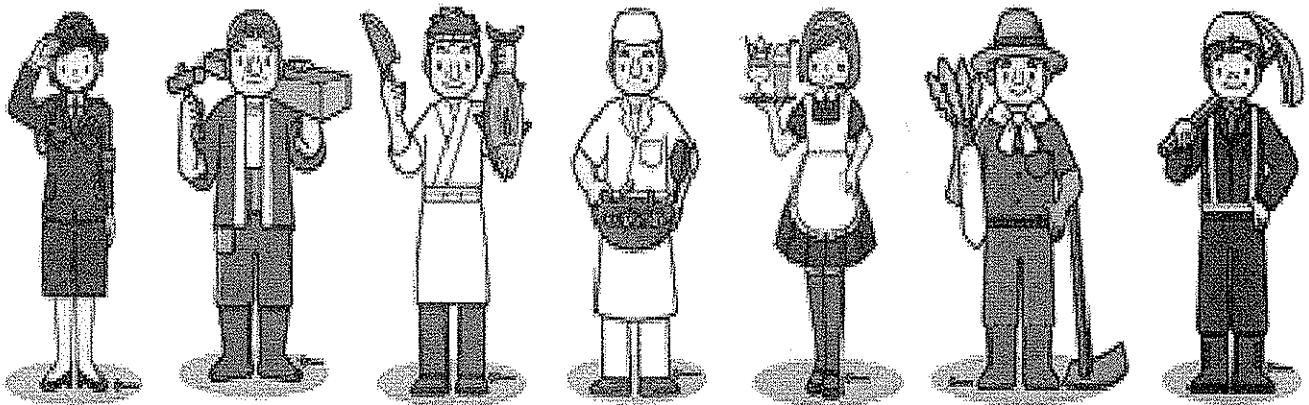
※答えは表面にあります

1. 空気清浄機はタバコの毒をぜんぶすってくれる?

すう・すわない

2. 喫煙室には換気扇が1コあれば大丈夫?

1コでじゅうぶん・ほあいによる



### 前回のタバコクイズ(8)のこたえ

1. タバコをやめるとふとる?ふとらない?

こたえ:「すこしふとるけどタバコをすうよりもけんこう」(タバコをやめることでふえる体重は平均2kgとされています。その2kgの脂肪よりもタバコによるがんや動脈硬化の悪影響のほうがずっとおそろしいのです。)

2. タバコをすうとしごとがテキパキできる?

こたえ:「テキパキできると思うのは気のせい」(ニコチン切れから解放されただけ)

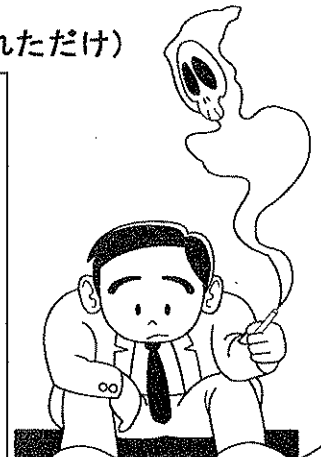
3. タバコをすうとイライラしたきぶんがなくなる?

こたえ:「スッキリした気分は気のせい」(ニコチン切れから解放されただけ)

#### ニコチン切れとは?

タバコのけむりにはいっているニコチンが麻薬のように依存症を起し、タバコを吸い続けている人の脳はニコチンが入ってこないとうまく作動できなくなっています。このようなニコチン切れになるとイライラ、ソワソワ、集中できない状態になります。

タバコをすったことで一時的にニコチン切れが満たされると、イライラがなくなった、頭がさえた、ホッとする、ストレス解消になったと勘違いしてしまうのです。



こいじゃあ通信はこどもから高齢者まで全ての住民の保健福祉にかかわる島牧村地域保健福祉計画「こいじゃあ」の情報機関紙です。今回は島牧村が行なっている障がい者日中活動の場である「地域活動支援センター『ひだまり』」の“生活すきまサービス”利用のご案内をいたします。(こいじゃあは島牧弁で「おいでよ」という意味です)

発行者：島牧村総合福祉医療センター内 島牧村地域包括支援センター 電話 75-6001

## 島牧村地域活動支援センター

### 「ひだまり」をご存知ですか？

「ひだまり」は一般企業に勤めるのは難しいけれど、少しの手助けがあればやれることがあるといった方々が集まって、自分たちの食事を作ったり生活に必要なことから学ぶなどしながら集団生活を体験しています。

普段は医療センター居住施設内の一室でお裁縫仕事や小物作り、字を書く練習などを行っています。

作った作品は「ひだまり」の部屋の前と診療所で無人販売しています。その他に、地域の方からの依頼により家の周りの草むしりや窓ふき、大掃除などもしています。大工さんに頼むほどではないけれど自分ではできないような仕事も請け負います。料金は仕事量によりますが、500円から数千円と考えています。

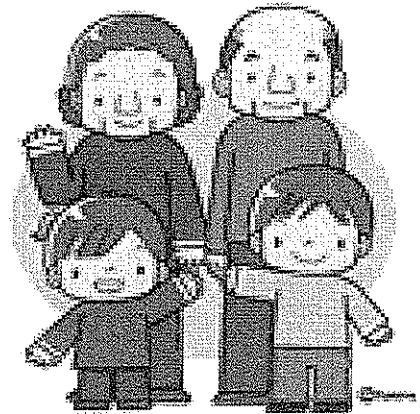
「ひだまり」まで仕事の注文をお待ちしています。(＊仕事の注文依頼は裏面をご覧ください。なお、作業はメンバーが体調に合わせてゆっくり行うため、多少時間がかかります。ご了承願います。)



# ひだまりが行なう“生活すきまサービスの内容”

## ①小物商品例

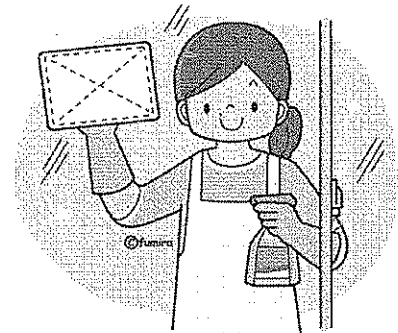
巾着	¥350
エコバック	¥400から
毛糸のたわし	¥ 50
かえるの人形	¥500
壁掛け薬入れ	¥1,500



\* その他、こども用のよだれかけ・エプロンなどご相談に応じます。

## ②出張サービス例

家の周りや畑の草むしり	¥700から
窓ガラスふき	¥500から
電球交換(掃除込み)	¥500
部屋の模様替え	一時間 ¥1,000円
大掃除	一時間 ¥1,000円
ごみ分別手伝い	一時間 ¥1,000円



\* その他、ちょっとした困りごとにはご相談に応じます。

ご依頼先 島牧村総合福祉医療センター 福祉課(ひだまり事務局)

電話 0136-75-6001

# 東北関東大震災義援金 にご協力を!



去る3月11日に東日本を襲った地震、津波災害により、今もなお、行方不明者や避難生活をしている多くの被災者がおります。

島牧村では、被災者の生活支援を図るため、義援金を受付けています。集まった義援金は、島牧村共同募金委員会を通して、北海道共同募金会へ送られ被災地に分配されます。

現在、募金箱を次のところに設置しております。

- |          |                            |         |              |
|----------|----------------------------|---------|--------------|
| ● 島牧村役場  | ● 福祉医療センター                 | ● 島牧診療所 | ● 島牧村社会福祉協議会 |
| ● 歌島地区   | 歌島簡易郵便局 (内藤地区会長宅)          |         |              |
| ● 本目地区   | 宮坂地区会長宅、カツヤ右近商店、島牧漁協       |         |              |
| ● 豊浜地区   | 高島地区会長宅、豊浜簡易郵便局、佐藤商店       |         |              |
| ● 永豊、泊地区 | 坂下地区会長宅、河上商店、セイコーマート       |         |              |
| ● 江ノ島地区  | 小山地区会長宅                    |         |              |
| ● 元町地区   | 若山地区会長宅、島牧社協会会長宅、賀老食堂、本間商店 |         |              |
| ● 原歌地区   | 中山地区会長宅、原歌簡易郵便局            |         |              |
| ● 栄浜地区   | 堂坂地区会長宅、栄浜簡易郵便局            |         |              |

義援金受付期間 平成23年3月19日(土) ~ 4月30日(月)までです。  
募金箱を見かけた際には皆様の協力をお願いいたします。

皆さんの義援金を直接送ることもできます。

共同募金会へ (振替手数料免除)

郵便口座  
口座番号 00170-6-518  
口座名義 中央共同募金会 東北関東大震災義援金  
※ 振込票の控えが、領収書となります。

現金書留  
〒100-0013  
東京都千代田区霞ヶ関3丁目3番2号 新霞ヶ関ビル5階  
社会福祉法人 中央共同募金会  
※ 封筒に「救助用」と明記して下さい。

日本赤十字社へ (振替手数料免除)

郵便口座  
口座番号 00140-8-507  
口座名義 日本赤十字社 東北関東大震災義援金  
※ 振込票の控えが、領収書となります。

ご自宅まで義援金を受け取りにお伺いします  
最寄りの募金箱設置箇所まで行けない場合、島牧村社会福祉協議会まで、お気軽にご連絡下さい。  
ご自宅までお伺いします。

義援金に関するお問い合わせは、島牧村社会福祉協議会(電話75-6500)にお問合せ下さい。

島牧村・島牧村社協・島牧村共同募金委員会

# 災害救護団派遣に関するお願い

去る3月11日の東北地方太平洋沖地震により、多くの地域において戦後未曾有の大被害が生じております。

今般の地震により、お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された地域の皆様、そのご家族の方々に心よりお見舞い申し上げ、一日も早い復興を心より御祈念いたします。

村内の皆様におかれましても、平成5年 奥尻島南西沖地震の際に受けた被害、またその復旧に対し全国各地より寄せられた多くの温かい支援は、決して他人事ではなく忘れられないものではないでしょうか？

つきましてはこの度、島牧商工会、青年部、女性部が中心となり、東北地方被災者救援団を組織し、被災されました方々への生活支援、炊き出し に向かうことを決め、下記の要項で皆様の御協力をお願いさせていただくこととなりました。

人道的支援の趣旨を十分に御理解いただき、特段の御協力を賜りますよう、宜しく願い申し上げます。

- 1、 実施予定 平成23年4月5日（火曜日）～ 4月9日（土曜日）
- 2、 派遣先 東北地方 北部被災地（詳細は未定）
- 3、 募集要項
  - (1) 救援団参加者 心身共に健康でタフな方
  - (2) 救援団派遣費用の寄付 派遣に係る費用
  - (3) 炊き出し支援物資 炊き出しの為の材料  
(炊き出しの献立によりますので、問い合わせをお願いします)
  - (4) 生活支援物資 取りまとめ被災地へ届けます。  
ア：ペットボトル飲料水  
イ：食料（米、インスタント食品、レトルト食品、缶詰）  
ウ：粉ミルク、離乳食（保存等の容易な物）  
エ：携帯電話用充電器、乾電池、乾電池式ラジオ  
オ：携帯カイロ  
カ：紙おむつ（幼児用、介護用）  
キ：アルコール性ウェットティッシュ、生理用品

※それぞれ物品ごとに段ボール箱に分類し、指定の場所まで持ち込みをお願いいたします。

以上 詳しくは島牧商工会 担当 タケベ までお問い合わせください。

連絡先 島牧商工会 0136-75-6231