

気象の警報などが大きく変わりました

避難行動が色とレベルで判断できる

これまで災害ごとに異なり分かりづかった河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮の気象警報などが見直され、避難行動に対応した5段階の警戒レベルに統一されました。
命を守るための行動や備えを正しくできるよう、確認していきましょう。

何が大きく変わるの？

警報情報に警戒レベル4「危険警報」が新設され、危険度が5段階の「警報レベル」と「色」で判別できるようになります。

警戒レベル	警報の種類	大雨 低地の浸水や大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや土石流	高潮 海水面の上昇による浸水	皆さんが取るべき行動
5	特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	命の危険 すぐに安全確保！
<警戒レベル4までに危険な場所から必ず逃げましょう>					
4	危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から 全員避難する
3	警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間を要する人は 早めに避難、避難の準備など
2	注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認(避難場所や 避難ルート、タイミングなど)
1		早期注意情報			災害への心構えを高める

ポイント

- ①警報・注意報などに「**レベル**」がつきます
(例) レベル2 大雨注意報
レベル3 土砂災害警報 など
- ②レベル3 警報やレベル4 危険警報が発表されたら
自治体からの避難情報などに気を付けましょう
- ③高齢の人や障害のある人など、避難に時間のかかる人は
警戒レベル3で早めに逃げましょう
- ④レベル5 特別警報は命の危険が迫っています
警戒レベル4までに安全なところへ必ず逃げてください

警報が発表された際にどのような行動をとるか、あらかじめ決めておきましょう。



詳しくはこちらから

熱中症に「まだ大丈夫」は禁物です

熱中症予防キャッチフレーズ採用作品 作：かみうつわ
健康推進課 (TEL)918-5657 (FAX)918-5440

体が暑さに慣れていない今の季節から熱中症を予防しましょう。

熱中症予防のポイント

- ① 水分補給はのどの渇きを感じる前に！
1日コップ6杯が目安です。
- ② 外出時は暑さ対策をしよう
外出時には帽子や日傘、水筒を持っていきましょう。
涼しい服装を選び、冷却グッズも活用しましょう。
- ③ 暑さ指数を確認しよう
暑さ指数が28を超えると熱中症のリスクが高まります。
暑さ指数を確認し、毎日の熱中症対策に役立てましょう。



暑さをしのげる、ひと涼みスポットオープンしました！

141か所 (5/25現在)



明石の暑さ指数の確認はこちら



体験しながら学びませんか

健康フェスタ in Akashi

熱中症予防や栄養、歯の健康などこの機会に自身の健康について考えてみませんか。子どもから大人まで楽しく健康づくりが学べるイベントです。
お問い合わせ／健康推進課 (TEL)918-5657 (FAX)918-5440

日時 **6月7日**
12:00~15:00

場所 **あかし市民広場**
(パピオスあかし2階)

スタンプラリーで
参加賞をプレゼント



詳しくはこちらから

朝ごはんを食べて熱中症予防
手軽に食べられる朝ごはんの展示とおかずの試食(先着400食)を提供

歯の健康
専門の機器を使ってかむ力を測定

使用済みハブラシを新しいハブラシに交換します！(1家族1本)

たばこ・アルコール
骨の強さを測ってみよう

わが家のアイドル

お歌が大好きで上手な縞ちゃん♡
にこにこ笑顔はお兄ちゃんとそっくり！



はしお 橋尾 しま 縞ちゃん(2歳7か月)

優しくて明るい
凌生が大好きだよ☆
これからたくさん遊ぼうね！



しかの 鹿野 りょうせい 凌生ちゃん(2歳7か月)

このちゃん笑顔にみんなが癒されてるよ♡
生まれてきてくれてありがとう♡



ふじい 藤井 このか 心香ちゃん(2歳6か月)

お姉ちゃん大好き涼真くん、みんなに愛されて大きくなってね♡



おがた 緒方 りょうま 涼真ちゃん(2歳6か月)