






災害時の情報はここから！

災害時は「自分の身は自分で守る」ことが大変重要です。そのためには正確な情報が必要です。市では防災行政無線をはじめ、さまざまな方法を使って、市民の皆さまへ情報を発信しています。正確な情報を入手して、適切な行動を取りましょう。

<h3>防災行政無線</h3> <p>屋内の個別受信機や屋外のスピーカーを通して、緊急情報などをお知らせします。</p> 	<h3>テレホンサービス</h3> <p>24時間以内に放送した防災行政無線の内容を電話で確認できます。</p> <p>☎0247-82-0200 0247-82-0035</p> <p>※携帯電話からも利用できます。 ※通話料がかかります。</p>	<h3>市防災メール</h3> <p>事前に登録すれば、携帯電話で防災情報を受信できます。</p> <p>右のQRコードか、下のアドレスに空メールを送信すると登録できます。</p>  <p>entry@mail.bousai-tamura.jp</p>
--	---	---

<h3>テレビ放送</h3> <p>テレビのデータ放送で避難所の開設状況や給水所など地域の情報を確認することができます。</p> <p>■操作方法 ※NHKの操作例です</p> <p>[dボタン]を押す</p> <p>▼</p> <p>[防災・生活情報]を選択</p> <p>▼</p> <p>[田村市]を選択</p> 	<h3>市ホームページ・フェイスブック</h3> <p>災害情報や防災行政無線の放送内容、水道などほかのライフラインの情報を随時更新してお知らせしています。</p> <p>ホームページ、フェイスブックどちらも</p> <p>田村市役所 検索</p>	<h3>消防団</h3> <p>火災出動のほかにも、河川氾濫の危険や緊急時には消防車両による巡回をして、注意喚起をしています。</p> 
---	--	---

防災行政無線の個別受信機が設置されていない世帯は、生活環境課・各行政局市民課までお問い合わせください。また、防災行政無線が聞き取りにくいなどのご相談も受け付けています。(委託業者が連絡をしたのちに、アンテナの設置・調整に伺います。)





●市民部 生活環境課 ☎81-2272

高齢者などを支援

問・申保健福祉部 高齢福祉課 ☎82-1115 各行政局市民課、各出張所

高齢者や日常生活に支障がある方がより安心して過ごせるよう、日常生活を支援する事業を行っています。ぜひ申請してください。

<h3>◆配食サービスの利用料が変わります</h3> <p>令和2年1月1日から利用料金が変わります。</p> <p>【変更前】 300円 【変更後】 350円</p>	<h3>◆緊急通報システム</h3> <p>●対象者 次の①～③のうちの方 ①65歳以上の1人暮らし高齢者 ②寝たきりまたはそれに準じる方がいる高齢者のみの世帯 ③1人暮らしの重度身体障害者</p> <p>●内容 専用の装置を取り付け、週1回の安否確認・看護師の健康相談などのサービスを受けられます。</p> <p>緊急時には装置のボタンを押すだけで委託業者につながり、救急車を呼ぶなど対応をします。</p> <p>●利用料 利用者の所得税に応じて変わります。所得税が非課税の方は無料で利用できます。</p>
	<h3>◆軽度生活援助</h3> <p>●対象者 日常生活上の援助が必要な次の①～③のうちの方 ①65歳以上の1人暮らし高齢者 ②高齢者のみの世帯 ③①と②に準じる世帯の高齢者</p> <p>●内容 雪かき、住居周辺の草刈りなどの軽度な作業を1回2時間程度、月に3回まで利用できます。</p> <p>●利用料 1回200円、400円程度（内容によって変わります。）</p> 

減らそう食品ロス

問市民部 生活環境課 ☎81-2272

おいしく残さず 食べきりましょう！

県では「もったいない！食べ残しゼロ推進運動」を実施しています。食材を無駄なく使いきり、おいしく食べきろうという運動です。家庭や飲食店でもったいない食品ロスを減らしましょう。

～家庭で～

- 冷蔵庫の中身を定期的に確認し、必要なものだけ購入しましょう。
- 食べきれない量を調理しましょう。
- 賞味期限・消費期限をチェックし、期限内に使い切りましょう。
- 飲食店で、
- 苦手な食べものが入っていないか、食べきれない量か注文時に確認しましょう。
- 「食べきれないと思ったときは、「小盛りにできますか？」と聞いてみましょう。
- 【宴会5箇条】
- ①適量・好みに合った注文をしましょう。
- ②幹事は「おいしく食べきろう！」と声かけしましょう。
- ③開始30分、終了10分は、しっかり食べてください。

おうちで「残さず食べよう！30・10(さんまるいちまる)運動」

- 毎月30日は「冷蔵庫クリーンアップデー」
- 冷蔵庫内の賞味期限・消費期限の近いものや野菜・肉などの傷みやすいものを積極的に使用し、冷蔵庫を空にしましょう。
- 毎月10日は「もったいないクッキングデー」

特に、今まで食べられるのに捨てられていた野菜の茎や皮などを活用して、もったいないクッキングを実施しましょう。