



# ひたか ふくしだより



第99号 令和6年7月 発行 日高学区市民自治会社会福祉委員会

長雨で気持ちも滅入りがちな日々ですが、お変わりなくお過ごしでしょうか。

## !!会員募集!!

「にこにこクラブ」は<毎月2回 第2・4水曜日10:00~11:30>日高交流センターで活動しています。介護予防を目的とし、介護認定を受けていない65歳以上の男女が対象です。



毎回皆さんで歌をうたったりゲームをしたり大盛り上がりです。楽しく体を動かして健康寿命を延ばしましょう。参加または体験してみたい方のお問い合わせは日高交流センター内 福祉委員会 ☎43-1250まで



## 《高齢者に必要な災害時の備えとは?》 今すぐできる防災対策!

### ★防災対策1：自宅内を安全な場所にする。

- ・不要な物は捨てておく。
- ・大きな家具は固定する。
- ・重いものは下に収納する。
- ・出入り口や通路に物を置かない。

### ★防災対策2：避難時に困らないための準備。

- ・非常用持ち出し品の準備。
- ・避難場所の確認。
- ・避難方法の確認。
- ・避難行動要支援者名簿への登録。

### ★防災対策3：備蓄品を用意する。

消費した分  
を買い足し



6/22(土)の日高学区自主防災訓練では安否確認及び支援物資配付訓練を行う予定です。当日または後日、担当の協力員さんが皆さんのお宅に訪問させていただきます。簡単な聞き取り調査も行いますので、ご協力よろしくお願いいたします。

福祉に関するご相談お問合せは、日高学区市民自治会社会福祉委員会  
交流センター内 ☎43-1250 (担当) 神永・鈴木