

津波ハザードマップを全戸配布します

詳細 危機管理室 ☎(32)6280

北海道が太平洋沿岸の新たな津波浸水想定を公表したことを受け、地区別津波ハザードマップを改訂し、5月中に地域ごとに該当するマップを配布します。

想定する津波は、三陸沖北部を震源地とするマグニチュード9.1の地震が引き起こすものです。発生の可能性は極めて低いものの、仮に発生すれば広域にわたり被害が甚大になるとされています。ご自宅に津波ハザードマップが届いたら、自宅周辺の避難場所や避難経路などを確認し、もしもの時に備えましょう。

津波からは、 より遠く、より高い場所へ避難しましょう

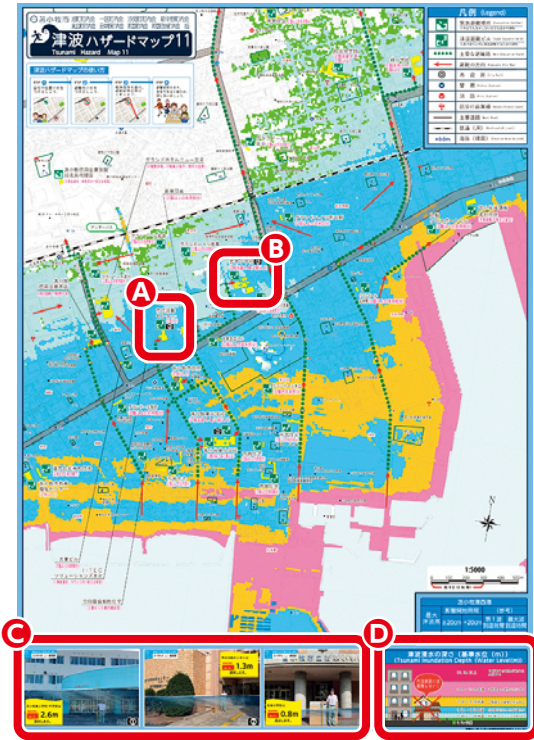
津波ハザードマップ改訂点

- Ⓐ 垂直避難の考え方を盛り込み、最寄りの津波避難ビルまでの経路を追加
- Ⓑ 垂直避難に当たっては、浸水深に応じて2階への避難も可とする
- Ⓒ 地域ごとに主要施設の浸水状況が分かるイメージ写真を追加
- Ⓓ 浸水の区分を浸水想定12段階から6段階に集約し視認性を向上

津波ハザードマップの使い方



津波ハザードマップは市HPでも閲覧できます▶



あなたは大丈夫？ ギャンブル等依存症チェックをしてみよう！

詳細 健康支援課 ☎(32)6407

ギャンブル等依存症とは、「ギャンブルなどで苦痛や生活上の問題が生じている状態」を表す言葉です。特定の症状や病気を指す病名ではありません。知らず知らずのうちに遊びの範囲を超えて、ギャンブルなどによる問題が生じていないか、セルフチェックをしてみましょう！

相談することが解決の近道！

- 健康支援課 ☎(32)6410
(ギャンブルなどで悩む本人や家族のこころとからだの健康について)
- 総合福祉課 ☎(32)6189
(失業者や借金などによる経済的困窮や生活での困り事について)
- 苫小牧保健所 ☎(34)4168 (代表)
(東胆振地域の自助グループの紹介など)

次の項目のうち、4つ以上当てはまる場合は、問題が生じている可能性があります！

<input type="checkbox"/> もっと多くのお金や興奮を得たいと思うあまりに、ギャンブルに使うお金が増えてきた	<input type="checkbox"/> さえない気分するとき、不安があるとき、気持ちが落ち込んでいるときにギャンブルをすることが多い
<input type="checkbox"/> ギャンブルに行く回数を減らしたり、やめたりすると気持ちが落ち着かなくなったり、いらいらする	<input type="checkbox"/> ギャンブルで負けたお金を取り戻すために、その日のうちか翌日にまたギャンブルをしに行くことがある
<input type="checkbox"/> ギャンブルに行く回数を減らしたり、やめようとしてもうまくいかなかったことが今までに何度もある	<input type="checkbox"/> ギャンブルにのめりこんでしまっていることを隠すためにうそをつく
<input type="checkbox"/> ギャンブルに心が奪われがちになっている (例えば、以前のギャンブルでの負けを取り戻すことや、次のギャンブルでどうしたら勝てるかを考えたり、計画を立てる。ギャンブルのための金銭を得る方法などを絶えず考えているなど)	<input type="checkbox"/> ギャンブルのために、大切な人間関係、仕事、勉強がうまくいなくなったり、失ってしまったことがある
	<input type="checkbox"/> ギャンブルによって経済的に困窮して、他人にお金を出してくるよう頼ったことがある

※国際的に広く用いられているDSM-5精神疾患の診断・統計マニュアルを参考に作成