

# 年に一度は 防災家族会議!

南海トラフ地震等、災害が発生したときに大事なことは「被災後の様子をいかにイメージできるか」です。災害時の危機を具体的に想定し、シミュレーションすることで、いざという時もすばやく行動できます。



各自ですべきことや避難方法、連絡方法などを家族で話し合っておきましょう。

## 防災の スズメ

「もしも」に備えを!

■防災対策課 ☎57-8501



### 具体的には大地震に備えてどんなことをすれば良いの?

#### 1. 役割分担を決める

- 日常の予防対策上の役割と地震発生時の役割を決めておく。
- お互いの行動をみんなでお互い知っておき、いない場合の必要な対応を理解しておく。



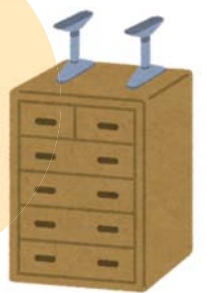
#### 2. 危険箇所をチェック

- 家の内外をチェックして、危険箇所を探す。
- 危ない箇所は、修理や補強方法について話し合う
- ハザードマップなどで揺れの強さや津波の有無などを確認しておく。



#### 3. 安全な空間を確保

- 家具の配置換えをして、家の中に安全なスペースを確保する。
- 家具の転倒・落下を防ぐ方法を定める。
- 緊急地震速報や地震で揺れた際の行動を決めておく。



#### 4. 非常持出品のチェック

- 必要な非常持出品がそろっているか確認する。
- 定期的に保存状態や使用期限を点検・交換する。
- 持ち出しやすい決まった場所に置いておく。



#### 5. 防災用具などの確認

- 消火器や救急箱、非常用品の置き場所を確認する。
- 消火器の使い方を覚えておく。
- 応急手当の方法を覚えておく。



#### 6. 連絡方法や避難場所の確認

- 家族が離ればなれになったときの連絡方法や避難場所を確認する。
- 休日などを利用し、みんなで避難経路などの下見をしておく。



## 自転車をそのまま列車に!?

～サイクルトレインが開催されました～

10月18日(日)、香南市夜須駅から安田町唐浜駅までの区間、列車に自転車を積み込むことができる『サイクルトレイン「童謡の里あき 弘田龍太郎の曲碑を巡る旅」』が開催されました。



### ■当日限定! 自転車でラクラク乗車

列車に自転車を積載する際は輪行(りんこう)といい、専用の収納袋に自転車を分解し、手荷物として積載しなくてはなりません。しかし、イベント当日は自転車を分解せず、そのまま積み込み、唐浜駅から夜須駅の区間を巡りました。当日は天候にも恵まれ、きれいな海と山の景色を眺め、お昼は内原野公園でお弁当を堪能。安芸出身の作曲家「弘田龍太郎」の歌碑を22人で巡り、約40kmのコースを楽しみながら走り切りました。

サイクルトレインは片道を列車で行くため、体力のない方でも参加しやすいのが魅力の1つ。普段は見られない車内の光景も新鮮です。



■商工観光課 ☎0887-57-7520  
■香南市サイクリングターミナル ☎0887-55-3196

### Q. マゼクルのカフェライドってなに?

A. 毎月第2土曜日に、「あっ、そうだ!カフェに行こう!」を略称し「カフェライド」と呼んで、開催しています。初心者や女性でも参加しやすく、高知県内のおいしい飲食店を自転車で巡るイベントです。その月によってお店やコースは異なり、いろいろな楽しみを味わえます。道中はマゼクルがしっかりとサポートするので安心して楽しむことができます。



ぜひ、お気軽にご参加ください!

※次回のカフェライド情報は、下記のQRもしくはお電話でご確認ください!

### 🚲 12月のサイクリングイベント情報

#### 12月20日(日) 8時半~16時 第2回「お腹いっぱい! 香南みかんライド」

寒さも増してきましたが、香南市の冬といえば名物「山北みかん」!この時期に食べるのが一番おいしいですよ。自転車でみかん狩りを体験し、香南市内の隠れた名所を観光サイクリング! 自転車で乗り始めた方やご家族、タンDEM自転車で参加も受け付けています。皆さんでワイワイ楽しみましょう!



#### 新型コロナ感染症対策を徹底し開催します!

- 集合場所: 香南市サイクリングターミナル (香南市夜須町手結山1304)
- 料金: 1人 2,000円 (昼食代、保険代、ガイド費含む)
- 定員: 先着20人
- 申込み締切り: 12月17日(木) ※定員に達した場合は締切りです ※天候などによる実施の有無については12月19日(土) 午前中までに電話で連絡します
- 申込方法: お電話またはQRコード (Facebook) からお申し込みください。

