

警戒レベル5 緊急安全確保

すでに**災害が発生**している状況です。**命を守るための最善の行動**をとりましょう。

警戒レベル4 避難指示

速やかに避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

必ず避難

警戒レベル3 高齢者等避難

避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。

警戒レベル2 大雨 注意報 洪水

避難に備え、ハザードマップ等により、自らの**避難行動を確認**しましょう。

警戒レベル1 早期注意情報

災害への心構えを高めましょう。



チェックして備えよう!

防災情報

QRコードを読み込むとアクセスできます。



ら、ハザードマップ、日頃の備えまで掲載されていますので、ぜひ一度チェックしてみてください。
また河川の水位や雨量もわかりますので、高齢者など早めの避難が必要な方にお知らせしていただければと思います。

避難指示で必ず避難

今年5月、災害対策基本法改正により、避難勧告がなくなり、『避難指示』に一本化されました。
各地の災害の様子を伝える報道等で、「今まではこんな事なかった。」「30年住んでいるけど初めてだ。」などとよくありますが、それもそのはずです。ハザードマップの最大浸水深は50〜100年に1度の規模を予測するもので、東

海地震などは1000〜1500年周期であり、当時の状況を知る人はほとんどいないのです。
想定外を想定内に入れ、避難指示を待たずとも、危険と感じたら必ず避難しましょう。

そして、自分が助かっていたら家族を、家族が無事ならご近所を助ける。それが自助・共助ではないでしょうか。各地での災害も自分事と捉え、災害に対する備えをしていきましょう。

災害を甘く見ないで!

「危ない!」と感じたら避難を

8、9月はゲリラ豪雨や台風による災害が多く発生する時期です。
高齢化が進む現代、一人ひとりが災害に備え、早めに避難することが非常に大切です。
あなたの暮らす地域は、どこが安全で、どこが危険か知っていますか? 「いざ」という時どうすればいいのか、もう一度考えてみましょう。



■台風18号による被害の様子(平成3年9月)
台風18号と活発化した秋雨前線による大雨で、県道梯三珠線は約50メートルにわたる道が流失するなど下九一色地区を中心に大きな被害が発生した。

あなたの避難で「命も守る」

あなたが避難することで、自分だけではなく大切な人の命も守ることが出来ます。

あなたが避難することを諦めた場合、心配した家族や近所の人が助けに来るかも知れません。つまり、周りの誰かが巻き込まれる可能性があることを忘れてはならないのです。

想定浸水を知ること

あなたの暮らす地域の想定浸水深がどれくらいなのか、ハザードマップで確認しておきましょう。
町では、平成31年3月に洪水ハザードマップを更新しました。
そして、洪水に対する危機意識が高まるよう、富士川や芦川などが増水し、堤防が破壊された場合に想定される最大浸水深(水位)をお知らせする看板を、町内10カ所の電柱に設置しました。
『いざ避難』となった時、どこに避難すれば安全なのか、危険な場所はどこなのか、日頃から家族近所の人と話しておくことも大切です。

防災情報を

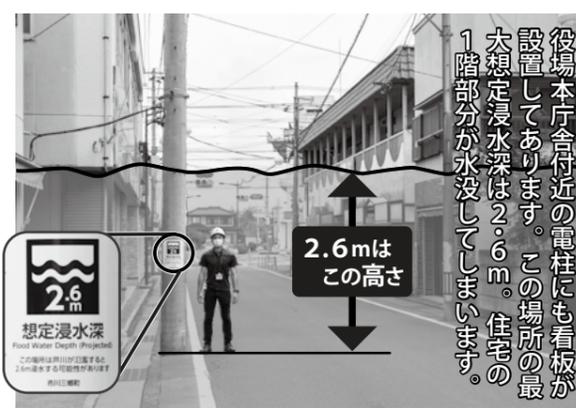
ご存じですか?

あなたは、台風や大雨、避難情報をどこから入手しますか?

現在、インターネットやSNSから色々な情報を見ることが出来ますが、その情報は確かなものですか? 役場のホームページから「防災情報」をクリックすると町内の防災情報や避難情報などが表示されます。災害発生前の情報が



風水害・地震対策ガイドブック
町洪水ハザードマップ



役場本庁舎付近の電柱にも看板が設置してあります。この場所の最大想定浸水深は2.6m。住宅の1階部分が水没してしまいます。

災害について 考える特集

「災害について考える特集」では、災害時の『町役場の動き』を中心に各担当が町民の皆さんにお伝えしたい防災情報を山下防災アドバイザーの助言をいただき掲載していきます。

シリーズ⑩ 『台風・大雨から農作物を守る!』 —自分でもできる身近な対策—

今月の担当は農林課です。

☎ 町農林課 ☎ 055-240-4163

☎ 町防災課 ☎ 055-272-1175



台風・大雨に備え 自分でもできる対策をしましょう!

- ☝ みぞきり うねた 溝切、畝立てして排水しやすくしておく
- ☝ 近くの排水路にごみがあったら取り除いておく
- ☝ コンテナやパレットなど飛ばないように撤去しておく
- ☝ 茎や枝が折れないように支柱やネットなどで固定・補強しておく
- ☝ 丈の低い野菜は、べたがけシートや土寄せをしておく
- ☝ 収穫できる果実は早めに収穫しておく
- ☝ 土が流れないように敷ワラなどを敷いておく
- ☝ 台風や豪雨の後は、倒れた茎を立て起こし、病害が発生しないように薬剤をまく

⚠ *雨が降っている最中に田畑の確認に行くのはやめましょう!
*その上で確認に行く場合は一人で歩くのは避けましょう

地震・水害で下りる 保険があります

NOSAI山梨の収入保険は、自然災害による収入減少や価格低下だけでなく、災害による作付け不能、病気による収穫不能など、農業者が経営努力で避けられない収入減少に対応し得る保険制度として平成31年1月から実施されています。
▶詳しくはNOSAI山梨まで。



山下防災アドバイザーの

日頃、補償や支払いの大変さを見聞きする災いに備え、**傷害保険・入院保険・自動車の任意保険・火災保険**などに加入しているのと同様に、**自然災害に備えて、個人や事業者向けの各種保険に加入し備えましょう。**



農業被害に備えましょう!

近年の異常気象により農業用施設や農作物などへ甚大な被害が発生するケースが増えています。これから夏本番をむかえ、台風・豪雨が発生しやすくなります。事前に対策を施すことで防げる被害もあります。自分でもできる対策を左で紹介しています。日頃から台風・大雨を意識し、少しずつ対策をしましょう。

熱中症にも注意して!

台風や豪雨が過ぎ去った後の天候は急激に暑くなります。熱中症対策として、高温下での長時間作業を避け、こまめな水分と塩分の補給や休憩を取るよう心掛けましょう。特に高齢の方は、のどの渇きや暑さを感じにくく、知らず知らず熱中症にかかりやすいことから、単独作業にならないよう注意しましょう。

今年度の防災訓練は、 各家庭でこの5つを実践して下さい。

1. シェイクアウト訓練
地震の揺れから身を守る安全行動を実践して下さい。
2. 家具の固定
家の中の被害を最小限にするため、家具の固定を必ず行って下さい。
3. 災害用伝言ダイヤルの活用(☎171)
災害時の安否確認等に利用できる伝言板です。もしもの時のために覚えましょう。
4. 食糧・飲料水の備蓄、非常持出品等の確認
まずは3日分、家や倉庫などに分散して備蓄しましょう。非常持出品は、あまり重くならないように、中身は必要最小限に留めて下さい。
5. マイ・タイムラインの作成
「いつ、誰が、何をするのか」を家族内で話し合い、決めておきましょう。

自助・共助の重要性

大きな災害時には、自衛隊などの公的機関(公助)だけでは対応しきれない場合があります。その時必要となってくるのが「自らの命は自らで守る」ための備え(自助)と、「自分たちのまちは自分たちで守る」ための備え(共助)です。

自分ができる備えを少しずつ増やしていくことで、自分の命を守り、大切な人の命を守ることに繋がります。

平常時から家族・地域で考え、みんなで備えましょう。

自宅の備えの確認を

尊い命と財産が一瞬にして奪われる大規模災害。昨今、全国各地で地震や豪雨により、大きな被害が発生しています。

町では、いつ発生してもおかしくない災害等に備えるため、町総合防災訓練を9月5日に実施しますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、住民の皆さまによる参集訓練は実施いたしません。

しかし、訓練自体はなくても、災害への備えは必要です。各家庭や地域でもう一度災害への備えを確認する機会として下さい。

最優先はあなた自身の安全確保

シェイクアウト訓練

地震はいつ、どこで起きるかわかりません。もし、緊急地震速報が放送されたり地震が発生した時は、まずは自分の身の安全確保が最優先です。

【実施区域】市川三郷町全域

【実施内容】午前8時20分に町の防災行政無線放送とエリアメールにより周知します。すみやかに地震から身を守る下記の安全行動をとって下さい。(約1分間 その時にいる場所で)

☎町防災課 ☎ 055-272-1175

9月5日(日) 午前8時20分より 約1分間

【日頃からの備えと事前学習】
日頃からの建物の耐震補強、家具の固定等の対策も必要です。

【事前参加登録にご協力をお願いします】
防災・減災の意識の向上を図るため、ご家庭や職場などで事前に参加の意思表示をして下さい。多くの方の参加登録をお願いします。

【登録方法】インターネット・電話・FAXで登録できます。8月上旬にチラシを各戸配布しますのでご覧ください。

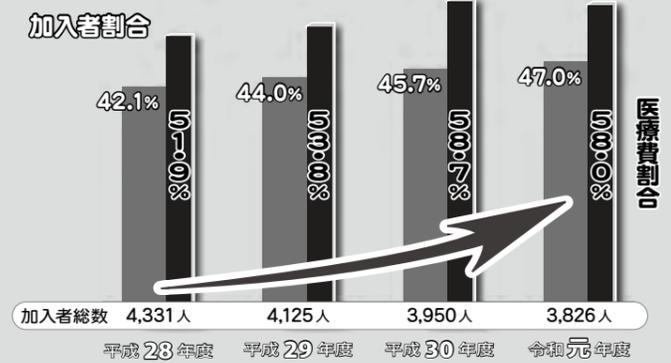
【締め切り】8月20日(金)



国保・財政

国保の経営を健全化するためには保険者である町の取り組みはもちろんのこと、被保険者である住民の皆さまのご理解とご協力が必要となります。

■ 65歳～74歳の加入者割合と医療費割合 (図2)



医療費の増加は将来的に国保保険税の引き上げにつながります。

国保加入者は平成28年度から減少していますが、1人当たりの医療費は平成28年度361,160円、平成29年度364,817円、平成30年度382,682円、令和元年度368,212円と増加傾向にあります。(図1)

これは医療費においても、加入者においても、65歳～74歳の割合が増加しており、高齢化が原因にあると考えられます。(図2)

また、医療技術の高度化により、これまで治療が難しかった病気が治すことができるようになった反面、治療にかかる費用も増えていることも、医療費増加の一因と考えられます。

これまでの国保危機シリーズでもお伝えしてきた通り、今後も『医療費の増加』が予想される一方、被保険者の減少などにより、『国保税収は減少』していくと予想されます。

わたしたちにできることは?

国保の医療費を減少させるためには、

わたしたち1人1人の行動が重要となります。

- 生活習慣を見直し、栄養・運動・休養をバランスよくとりましょう。
- コンビニ受診や安易な重複受診はやめましょう。
- 健診を年に1回は必ず受診し、病気の予防・早期発見に努めましょう。

参考 令和元年度市川三郷町の特定健康診査受診率 55.7% (県平均は46.3%)

抑えよう! 医療費増加

時間外受診、生活習慣病の増加

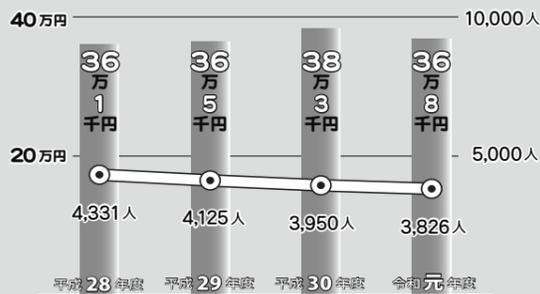
生活習慣の見直し、定期健診の受診
ジェネリック医薬品の利用

進めよう! 医療費節約

町民の皆さまに関わる問題として、国民健康保険(以下「国保」)制度を支える財政状況を、さまざまな角度からお伝えしています。

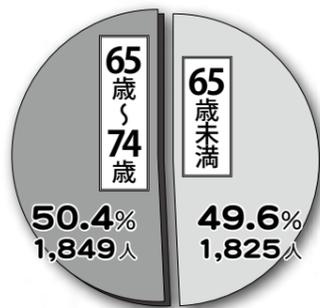
町民課国保年金係 ☎ 055-272-1105

■ 加入者総数と医療費(1人あたり)の推移 (図1)



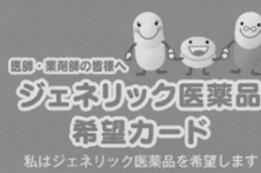
■ 国保加入者の年齢構成

令和3年4月1日現在の加入者 3,674人(人口15,407人)



令和3年4月1日の年齢構成に注目して下さい。平成28年度より徐々に増加傾向にあった前期高齢者(65歳～74歳)の割合が、さらに高くなっています。

ジェネリック医薬品を積極的に利用しましょう!



ジェネリック医薬品は、低価格なのに、安全性や効き目は新薬と同等と認められている後発医薬品のことです。安全性や効き目は新薬と同等で薬代が節約できるため、年々増える医療費の抑制にもつながります。

新型コロナ ワクチン情報

12歳～64歳の皆さまへ 接種券を発送しました

7月中旬に、12歳～64歳の方を対象に、新型コロナワクチン接種券を発送しました。同封の案内や説明書を確認し、接種を希望される方は予約をお願いします。

※医療従事者等で優先接種された方、または職域等での接種をされた方にも接種券が届くことがあります。既に接種をされた方は、届いた接種券を破棄していただき、二重に接種しないようご注意ください。

※12歳の方は誕生日以降の送付を予定しています。

○町の集団接種・個別接種

会場は、峡南医療センター市川三郷病院・富士川病院のほか町内の個人医院での接種を予定しています。詳細は、接種券に同封された案内をご覧ください。

○大規模接種や職域接種

お手元に届いた接種券と予約票を使用して接種して下さい。

○基礎疾患のある方の接種

国が示す基礎疾患に該当する方は、かかりつけの医療機関で接種の可否や予約方法等をご確認下さい。

○65歳以上で未接種の方

未接種の方で接種を希望される方は、予約をお願いします。また、1回しか接種を受けておらず、2回目の接種を希望される方は、町コールセンターまでご連絡下さい。

町ワクチン接種コールセンター ☎ 05556(42)7173

後期高齢者医療制度に加入している皆さまへ

医療費通知に関する 大事なお知らせ

後期高齢者医療制度に加入している皆さまの健康意識向上を目的として、医療費通知を発送しますが、令和3年度に発送する医療費通知から、発送時期や記載される診療月などを変更します。

年度	発送時期と回数	記載される診療月	発送するもの
昨年度	令和3年2月末の年1回発送	令和2年1月～12月	圧着はがき
今年度	令和4年1月末の年1回発送	令和2年12月～令和3年11月	封書
(参考) 来年度以降	当年度1月末の年1回発送	前々年12月～前年11月	封書

重要

令和3年12月診療分は令和4年1月末に発送する医療費通知には記載されず1年後の令和5年1月末に発送する医療費通知に記載されます。そのため、医療費控除の申告手続きを行う場合は、令和3年12月診療分の領収書が必要となりますので、必ず保管してください。

※皆さまが病院などを受診した情報は、受診した月の2カ月後に山梨県後期高齢者医療広域連合に提供されます。印刷期間も含めて医療費通知の発送までには3カ月程度の期間がかかります。

町民課国保年金係 ☎ 055-272-1105 山梨県後期高齢者医療広域連合 ☎ 055-236-5671

医療費控除の申告手続きに使用する方の利便性を考慮し、皆さまから寄せられたご意見も参考に発送時期を早めることとしました。それに伴い掲載される診療月も変更となります。また、発送する郵便物も、文字を大きくし、1人につき1通の分かりやすいものにするため、はがきから封書に変更します。