



図上シミュレーション防災訓練の意義

最近の地震等の自然災害により、市民の防災意識が高揚し、市行政としても、これに答えるための対策を考える必要があります。前回の市長コラムでは、「想定外異常気象（確率1/10000程度の気象）」について記述しましたが、今回は、通常起こりうる頻度の高い災害についてのコラムです。

近年、世界的に異常な気象現象が頻発しています。我が国に於いても、この10年間で時間雨量が50mmを超えるような大雨の頻度が約2倍となっており、洪水の発生する確率が増加する傾向にあります。気象状況の異変に伴い、近年多くの地点で1時間雨量や24時間雨量が観測史上最高を記録するなど、短時間の大雨が観測されています。このような短時間の大雨により、河川の氾濫、内水による浸水、土砂災害等の被害が毎年発生している現状であります。今後においても、地球温暖化の傾向を踏まえると、益々大雨や台風の影響、発生回数の増大、被害の増大が懸念されます。

こうした状況において、行政では、今後の風水災害を如何に最小限に抑えるかが、喫緊の課題と考えます。風水災害の減災対策には、施設整備などのハード対策と意識啓発等

のソフト対策があります。ハード対策には費用と時間を要するため、まずはソフト対策を充実強化することが肝要です。効率的なソフト対策を行うには、「自助・共助・公助」のバランスの取れた取り組みが大切です。行政としては、平素から市民の自助・共助の意識啓発等を積極的に行い、市民は行政と一緒に災害対応能力を高める事が必要です。

ハザードマップ等での防災情報により危険個所の確認を行う割合が低い課題など、市民の行政への依存度が依然として高い状況です。水害等の危険性に関する認識が不十分であり、避難イメージの固定化（避難所へ避難することが必ずしも適切な行動ではなく、場合によっては自宅の2階等への避難も考える）していることが考えられます。いつ・どこに・だれと・どのように避難するといった行動手順が確立されていないため、避難勧告等の発令を受けても避難する人が少なく、結果、避難時間・避難方法・避難場所・避難経路の判断に迷い、状況に応じた避難行動が出来ないことになりかねません。

行政の課題として、防災に対する認識不足や部局間の連携が不十分な面もあります。気

たかみや湯の森温泉ウォーキングプール健康教室

保健医療課 ☎42-5633
☎47-1282

水中では腰や膝に無理な負担をかけることなく歩くことができ、普段使わない筋肉の回復や維持、増進を図ることができます。

コース	肩こり・腰痛・膝痛の軽減、予防コース（10時～11時）			体脂肪燃焼コース（19時～20時）
対象	向原・甲田地域の方	八千代・吉田地域の方	美土里・高宮地域の方	市内全域
と き	1月16日～2月27日 毎週月曜日	1月19日～3月2日 毎週木曜日	1月20日～3月3日 毎週金曜日	1月19日～3月2日 毎週木曜日
申 込 限	12月1日（木）～12月25日（日）			午後7時～8時 7回コース
と ころ	たかみや湯の森温泉ウォーキングプール			
定 員	17名(定員を超える場合、新規申し込みの方を優先とさせていただきます。)			
参加費	3,500円（温泉プール利用料1回につき500円は別料金）			
申 込 先	たかみや湯の森 ☎59-0059 ☎57-2200			

柔道整復師（整骨院・接骨院）の働き方

保健医療課 ☎42-5619
☎42-2130

整骨院や接骨院での施術にかかる柔道整復療養費は安芸高田市国民健康保険に限らず全国的に増加の傾向にあります。

同じ傷病について、整形外科など医師の治療を受けているときは、原則国民健康保険が使えず全額自己負担になります。

柔道整復療養費も皆様からの国民健康保険税から支払われておりますので、柔道整復師にかかるときは誤った内容にならないよう気をつけていただき、かかった後は請求内容に誤りがないかご確認ください。

①ケガ（痛み）の原因を正しく伝えてください

国民健康保険証が使えるもの

○急性または亜急性（急性に次ぐ）の外傷性の打撲、ねんざ、挫傷（肉離れなど）

○医師の同意がある骨折、脱臼

○応急処置で行う骨折、脱臼（応急手当て後の施術には医師の同意が必要）

○日常生活での単純な疲労や肩こり、腰痛などの疲労回復を目的としたもの

的としたもの

○神経痛、リウマチなどの慢性病からの痛みやしびれ

○症状の改善がみられない長期にわたるもの

○通勤中や勤務中に受けた負傷

○けんかや交通事故によるもの

②療養費支給申請書は必ず自分で署名してください

負傷名などの施術内容が記載された療養費支給申請書は、柔道整復師が安芸高田市国民健康保険への請求手続きを委任するものです。

負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、必ず自分で署名をしてください。（負傷などにより署名できないときは代筆も可能ですが、捺印が必要です。）

③領収書は必ずもらいましょう

領収書は必ずもらい、金額を確認してください。（領収書は無料発行が義務づけられています。）

また、領収書は高額療養費の申請や確定申告の医療費控除のときに必要になりますので、大切に保管しておきましょう。

みなさまに納めていただいた国民健康保険税を適正に使用するため、施術内容を文書により確認させていただく場合がありますので、ご協力をお願いします。

8月診療分 一人当たり医療費（単位円）

	安芸高田市	県平均	順位
全被保険者	25,091	26,353	18

※県内順位・県内23市町で1人当たり費用額が高い順

