



東区だより

掲載の事業は、変更になる場合があります。詳細は担当部署におたずねください。

所在地	東区役所	筒井一丁目7番74号	東警察署	筒井一丁目9番23号
	東土木事務所	出来町二丁目8番15号	東生涯学習センター	葵一丁目3番21号
	東環境事業所	出来町三丁目16番16号	東区社会福祉協議会・高岳児童館	東二丁目28番5号
	上下水道局	千種区振南町3丁目34番地2	高岳福祉会館・東区いきいき支援センター	
	東部営業センター	筒井一丁目8番30号	東図書館・市民ギャラリー矢田	大幸南一丁目1番10号
	東消防署		東文化小劇場・東スポーツセンター	

保育所などの 保育施設見学のご案内

希望の保育施設へ電話で見学の予約をとったうえで、お子さんと一緒にお出かけください。令和7年4月から利用を希望する保育施設などへの申し込み方法は「広報なごや9月号」でご案内します。



保育施設名	所在地	電話番号	施設見学の予定日時
公立	東保育園 ※1	筒井町4-25	9/6・11・18、10/22・29 午前10:00～ (上記以外の日程は応相談)
	砂田橋保育園	砂田橋3-2-101-118	721-9932 9/4・12・19・25、10/7 午前10:00～ (上記以外の日程は応相談)
私立	清瀧保育園	白壁2-5-7	951-7463 予定日なし 随時予約受付
	大幸保育園	大幸4-12-28	711-1893 予定日なし 随時予約受付
	ルナ保育園	榎木町3-53-2	938-0015 予定日なし 随時予約受付
	エンジェル保育園	新出来1-4-12	936-9331 予定日なし 随時予約受付
	スター保育園	代官町24-5	936-0121 毎週火曜日 午後1:00～
	泉の杜保育園	泉1-21-24	963-5022 予定日なし 随時予約受付
	やだ保育園	矢田3-3-44	768-6510 予定日なし 随時予約受付
	A-スカイ保育園	東片端町23	961-0031 予定日なし 随時予約受付
	てとろ明倫保育園	出来町3-20-9	723-7671 予定日なし 随時予約受付
	あさひがおか保育園	徳川1-309-3	908-1215 9/9・26、10/8・10 午前10:00～
	葵サンフレンズ保育園	葵1-4-27	938-9321 予定日なし 随時予約受付
	ひだまりKids葵保育園	葵3-5-3	908-9901 園のウェブサイトにて配信予定
	東白壁保育園	芳野1-16-29	930-6226 予定日なし 随時予約受付
	ウィズブック保育園砂田橋	大幸4-19-23	050-1751-1420 予定日なし 園のウェブサイトから随時予約受付
	はな保育園くるまみち	葵2-9-12	908-3531 予定日なし 随時予約受付
	ジョイフルドーム前こども園 ●	大幸1-1-11	719-0711 予定日なし 随時予約受付
地域型保育	建中寺幼稚園(仮称) ●※2	筒井1-7-52	935-2172 9/21午前9:30～ 午後1:30～ 10月以降は未定。園のウェブサイト 確認後、問い合わせ
	幼保連携型認定こども園 明星幼稚園 ●	代官町22-17	936-2053 9/10・19・25、10/2・23 午前9:30～ 10:10～
	ルームルナⅠ徳川	徳川1-10-35	938-0020 予定日なし 随時予約受付
	ルームルナⅤ高岳	代官町34-20	935-0061 予定日なし 随時予約受付
	ALL4KIDSチャイルドケア徳川園	新出来1-5-4	325-4772 予定日なし 随時予約受付
	スクルドエンジェル保育室東白壁園	芳野3-6-4	982-6560 予定日なし 随時予約受付
	スクルドエンジェル保育室だいこう園	大幸4-19-27	739-7686 予定日なし 随時予約受付
	ALL4KIDSチャイルドケア葵園	葵2-5-6	982-7715 予定日なし 随時予約受付
	めいてつ保育ステーション 砂田橋ぼっぼ園	砂田橋1-1-10	737-6800 予定日なし 随時予約受付
	めぐらす保育室葵園	葵3-14-3	090-2613-0304 予定日なし 随時予約受付

●は認定こども園

※1 東保育園は、今年度リニューアル改修工事を実施する予定です。

※2 建中寺幼稚園はあおいこども園と統合し、令和7年4月より認定こども園として運営する予定です。

問合せ 東区役所民生子ども課 ☎934-1192

東区民アンケートにご協力ください

区民の皆さまの区政に対するお考えやご意見をお聞きして、東区区政運営方針作成の基礎資料とさせていただきます。無作為に抽出した満18歳以上の東区民2,000人の方にアンケートをお送りします。回答はパソコン、スマートフォンなどからでも可能ですので、ご協力をお願いします。アンケート結果は、後日、東区公式ウェブサイトにて公表する予定です。調査期間 8/26(月)～9/27(金)

問合せ 東区役所企画経理課 ☎934-1106

東環境事業所

TEL723-5311 FAX723-5320

クリーンパートナーになりませんか！

本市では、美化推進重点区域でまちの美化活動を行う団体(クリーンパートナー)を募集しています。登録の手続き・問い合わせは東環境事業所まで。

活動要件

- ・市民、事業者による環境美化を主な目的としたボランティアグループおよび地域貢献に努める企業グループであること。
- ・美化推進重点区域(下図の灰色の部分)を含む区域で、原則10人以上で月1回以上清掃活動が実施できること。

東区の美化推進重点区域(出来町通・徳川園周辺地区)



本市の役割

- ・ボランティア袋の支給
- ・清掃用具の貸与
(ほうき、ちりとり、火ばさみ、軍手)
- ・活動で集まったごみ・資源の回収
- ・市民活動保険の保険料負担

海洋プラスチックごみ対策アクションプラン

新たな汚染を生み出さない世界の実現を目指し、海洋に流出するプラスチックの削減のための具体的な取り組みを環境省が取りまとめたものです。その中で、ポイ捨ての防止や、住民・企業などが分担して街中などの清掃美化活動を行う取り組み(アダプト・プログラム)の更なる展開が求められます。

【SDGs】
持続可能な
開発目標



東部医療センター市民健康講座 「婦人科悪性腫瘍の最新治療」

【申込不要(先着順・無料)】

※院内ではマスク着用をお願いします

日時 8/28(水) 午後2:30～ 定員 150人

場所 東部医療センター多目的ホール(救急・外来棟4階)

講師 東部医療センター産婦人科 中山 健太郎教授

問合せ 名古屋市立大学医学部附属東部医療センター管理課
名古屋市千種区若水1-2-23 ☎721-7171



東土木事務所

TEL935-8846 FAX937-6392

8月は「道路ふれあい月間」です

- 道路は生活の身近にある、なくてはならない存在です。
- この機会に道路の大切さを認識し、正しい利用方法について考え、道路を常に広く、美しく、安全に利用するよう、心掛けましょう。
- 東土木事務所では、黄色のパトロールカーやトラックでパトロールを行っています。
- 道路に穴や段差などの異常がないか点検し、異常があれば、良好な状態に直しています。



※各施設の住所は、19面を参照してください。また、掲載の事業は変更になる場合がございます。詳細は施設へお問い合わせください。

東区社会福祉協議会
TEL932-8204 FAX932-9311

▼高齢者はつらつ長寿推進事業
「もみじクラブ」

週1回、体操やレクゲーム、脳トレなどさまざまなプログラムを通して介護予防や仲間づくりをしませんか？

曜日	午前の部(午前10:00～正午)	午後の部(午後1:30～3:30)
月	山吹コミュニティセンター	筒井コミュニティセンター
火	旭丘コミュニティセンター	明倫コミュニティセンター
水	葵コミュニティセンター	東白壁コミュニティセンター
金	矢田コミュニティセンター	サンコート砂田橋集会所

期間 10月～令和7年3月の6カ月間
対象 市内在住の65歳以上の方(この事業に初めて参加される方優先)
定員 各会場24人
料金 無料(別途材料費などが必要)
申込 専用の申し込みはがきまたは郵便はがきに①氏名(ふりがな)②住所③電話番号④生年月日(年齢)⑤参加希望会場を記載し、郵送、持参していただくか、電話にてお伝えください。
締切 8/30(金)必着
※専用の申し込みはがきは当協議会、区役所などで配布します。
※申し込みは1人1会場まで(市内での重複申し込みも不可)。
※ご本人の申し込みに限ります。
※申し込み多数の場合は9/5(木)午後3:00から公開抽選(当協議会1階)。結果は郵送でお知らせします。

「令和6年度東区地域福祉交流会」の開催
～誰もが住みよいまちづくり～について考えよう
第5次東区地域福祉活動計画で目指すこと

日時 9/8(日)午後1:30～3:30
場所 名城大学ナゴヤドーム前キャンパス南館1階(矢田南4-102-9)
内容 第5次東区地域福祉活動計画とは(講演)福祉活動実践報告(子ども食堂・ボランティアほか地域活動)
対象 東区在住・在勤・在学の方
料金 入場無料(記念品進呈あり) 定員 150人(先着順)
申込 8/13(火)午前9:00から二次元コード(▶)で
※手話通訳・要約筆記あり



東図書館
TEL712-3901 FAX712-3902

▼自由参加(申込不要・無料)

●おはなし会
日時 8/17・24、9/7(土) 午後2:30～3:00
対象 幼児～小学生
定員 各15人(当日先着順) ※付き添い含む

●赤ちゃんからおはなし会
日時 8/23(金) 午前11:00～11:30
対象 乳幼児とその保護者
定員 12組(当日先着順)

●エーアール ARで学ぶ生物の多様性「絶滅種と絶滅危惧種」
スマートフォンを使ってARマーカールを読み取り、画面に表示された生物を図鑑でしらべてクイズに答えるとプレゼントがもらえます。各東図書館とのクイズラリーも開催。
日時 8/14(水)～31(土)
場所 3階児童コーナー
対象 幼児～小学生

東文化小劇場
TEL719-0430 FAX719-0440

●戦争を語り継ぐ演劇公演 第11弾「山脈(やまなみ)」
日時 8/23(金)・24(土)両日とも①午前11:00～②午後4:00～
内容 戦争と平和をテーマにした演劇公演
料金 <前売券>一般 3,500円(大学生以下2,500円) <当日券>一般 4,000円(大学生以下3,000円)
※日時指定・全自由席 チケット・問合せ ☎719-0430

●みんなで歌おう！健康歌声 vol.43
日時 9/3(火)午前10:30～ 料金 全自由席1,000円
出演 SACHIA.(ソプラノさちあ)、田原奈津代(ピアノ)
チケット・問合せ ☎719-0430

東生涯学習センター
TEL932-4881 FAX932-4882

●おもちゃ病院とんかち(申込不要)
壊れたおもちゃを修理します。
日時 8/18(日) 午前10:00～午後2:30
※修理代は無料、部品代は自己負担
※エアガンなどの危険なおもちゃ、電子ゲームは修理できません。

●パソコン相談会(無料)
日時 8/28、9/4(水) 午後1:30～3:30
申込 当日午後1:00から先着順

東区 いきいき支援センター
TEL932-8236 FAX932-9311

●もの忘れ相談医の専門相談(申込参加・無料)
日時 ①8/14(水)午前10:00～11:30 ②9/5(木)午後1:30～3:00
定員 各3組程度
申込 ①8/13(火)までに、②9/3(火)までに電話で

●健康相談(申込不要・無料)
日時 8/15(木)午前10:00～11:30
場所 徳川公設市場(徳川町522)
内容 血圧測定、握力測定、健康づくりや介護予防に関する相談など。

●認知症家族サロン(申込参加・無料)
日時 8/22(木)午前10:00～正午 定員 15人程度
申込 8/20(火)までに電話で

高岳児童館
TEL932-1718 FAX935-1025

▼自由参加(申込不要・無料)

●こどものまち☆たかおか
児童館をこどもだけのまちにしちゃおう！
日時 8/24(土) 午前10:00～午後2:00
詳しくは、児童館だより8月号をご確認ください。
児童館だよりは こちらから▶ 

●おしゃべりべびも
保育士さんとお話できます。
日時 9/3(火) 午前10:00～11:00
対象 未就園児とその保護者 プレママ・プレパパ

●こまこまふっちゃんとお遊ぼう！
コマ回しを覚えてもらおう！コマ検定も受けられるよ！
日時 9/8(日) 午後2:00～3:30
対象 幼児(保護者同伴)～高校生

●ももちゃんひろば
児童館であそぼう！
日時 9/10(火) 午前10:00～正午 午後1:00～4:00
対象 乳幼児とその保護者 定員 各20組程度

●おもちゃ病院とんかち(申込不要)
日時 9/1(日) 午前10:00～午後3:00
内容 壊れたおもちゃを修理します。
※修理代は無料、部品代は自己負担。
エアガンなどの危険なおもちゃ、電子ゲームは修理できません。

高岳児童館・高岳福祉会館連携事業(申込不要・無料)
「みんなで一緒に歌っちゃおう」
ダンス発表会・みんなで一緒にカラオケ♪
日時 8/31(土)午後2:00～3:30
対象 高岳児童館・高岳福祉会館利用者

高岳福祉会館
TEL931-8174 FAX935-1025

対象：市内在住の60歳以上の方
開館時間 午前8:45～午後5:00
申込受付時間 午前9:00～午後4:30
※館内利用には利用証が必要です。

●健康相談(申込不要・無料) 日時 9/6(金)午後2:00～2:45

▼申込参加(先着順・無料)

●オープン講座 各講座とも事前申込が必要です。

講座名	日時	定員
①足指ストレッチ&トレーニング	9/5(木)午後1:00～2:00	30人
②笑って楽しく認知症予防ゲーム	9/6(金)午前10:00～11:30	20人
③クラブハウス「サロンたかおか」	9/9(月)午前10:00～11:30	12人
④写経を体験しよう(2)	9/13(金)午後1:00～2:00	30人
[60歳からの福祉会館講座] ⑤介護保険を知ろう(2) 介護認定の仕組み+特養など、詳しい情報の見つけ方	9/14(土)午後1:00～2:10	20人
⑥ヤクルト健康教室 「あなたの血管は健康ですか？」	9/18(水)午後1:00～2:30	30人
⑦ゲームで楽しむ「サタデーモルック」	9/21(土)午前9:30～11:00	20人

申込 ①8/22(木)～②8/23(金)～③8/26(月)～④8/30(金)～⑤8/31(土)～⑥9/4(水)～⑦9/7(土)～
直接窓口へ(午前10:00～電話も可)
※④の講座は、正信偽写経用紙代100円が必要です。
※⑤のみ、3回受講で粗品あり。

●認知症予防教室「なないろ」(申込参加・無料) ※半年毎週参加
日程 10月～令和7年3月の毎週①火曜日②水曜日③木曜日
時間 午前10時～正午
対象 市内在住の65歳以上の方で、他区で同教室に申し込みしていない方
定員 ①②③各12人
申込 8/13(火)～31(土)までに直接窓口へ
※電話での申し込み不可。申し込み多数の場合は抽選。

保健センターだより

TEL934-1205 FAX937-5145 会場指定のないものは保健センターで実施。車での来所はご遠慮ください。

休日診療案内
市医師会急病センター(内科・外科・小児科・眼科・耳鼻咽喉科) TEL937-7821
救急医療情報センター TEL263-1133
北歯科保健医療センター TEL915-8844

子どもあんしん電話相談 TEL933-1174
月～金曜日(祝日・年末年始をのぞく) 午後8時～深夜0時
土・日曜日・祝日・年末年始 午後6時～深夜0時

※携帯電話や市外からの電話などによる予約・相談・お問い合わせの際は、市外局番「052」をつけて発信してください。

救急安心センター なごや 短縮ダイヤル#7119 ☎951-7119 FAX 684-9114
※救急車を呼んだほうがいいか迷った際はご相談ください。

子どもと親

◎相談・教室のご案内(予約制)

※二次元コードの記載がない事業の予約は電話で。
※料金の表記がないものは無料。
※お釣りのないようにご協力ください。

事業名	実施日時	対象(定員)・内容
赤ちゃんのもぐもぐ教室 (2回コース) ☎934-1216	8/20(火) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	▶令和5年12月～令和6年1月生まれ離乳食でお困りの方(8組) ▶離乳食のポイント・レシピ紹介・調理実演・試食(個別相談あり) 持ち物 母子健康手帳・スプーン・試食用エプロン ☎予約はこちら▶
母乳相談 ☎979-3588	8/21(水) 午後1:05～2:50	▶母乳・育児についてお困りの方 持ち物 母子健康手帳・タオル・ビニール袋1枚
むし歯予防教室 ☎934-1217	8/22(木) <受付> ①午後1:10～1:30 ②午後1:30～1:50 ③午後1:50～2:15	▶0歳児～未就学児 ▶歯科健診・フッ化物塗布・歯みがきやお口の相談 持ち物 母子健康手帳・タオル 子ども用歯ブラシ ※フッ化物塗布希望者は720円(料金免除制度あり) ☎予約はこちら▶
はじめての歯みがき教室 ☎934-1217	8/28(水) 午前10:00～11:00 <受付> 午前9:40～10:00	▶令和5年7～10月生まれ(10人) ▶むし歯予防の話・仕上げみがきの方法 持ち物 子ども用歯ブラシ・タオル ☎予約はこちら▶
子育て相談 ☎979-3588	8/29(木) 午前9:00～10:30	▶乳幼児とその保護者 ▶体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による育児相談 ☎予約はこちら▶
子育て講座 楽しく子育てするヒント ☎934-1219	9/6(金) 午前10:00～11:00 <受付> 午前9:30～9:45	▶0～3歳児とその保護者(6組) ☎予約はこちら▶ ※8/13(火)午前9:00～
砂田橋子育て相談 (砂田橋会館) ☎979-3588	9/10(火) 午前10:00～10:30	▶乳幼児とその保護者(15組) ▶体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による育児相談(体重測定は1歳の誕生日前までの赤ちゃんのみ) ☎予約はこちら▶ ※8/13(火)午前9:00～
赤ちゃんの子育て教室 ☎934-1219	9/17(火) 午前10:15～11:30 <受付> 午前10:00～10:15	▶5カ月～1歳の誕生日前までの赤ちゃんとその保護者(20組) ▶赤ちゃんの発達に合わせた関わり方についてのお話・親子あそび・交流会 ☎予約はこちら▶ ※8/20(火)午前9:00～
1歳の子育て教室 ☎934-1219	9/25(水) 午前10:15～11:30 <受付> 午前10:00～10:15	▶1歳4ヵ月～1歳11ヵ月の幼児とその保護者 ▶子どもの発達と子育てのポイントのお話・親子あそび・交流会 ☎予約はこちら▶ ※8/27(火)午前9:00～
赤ちゃんのぱくぱく教室 (3回コース) ☎934-1216	9/25(水) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	▶令和5年10～11月生まれ離乳食でお困りの方(8組) ▶離乳食のポイント・レシピ紹介・調理実演・試食(個別相談あり) 持ち物 母子健康手帳・スプーン・試食用エプロン ☎予約はこちら▶ ※9/1(日)午前9:00～

マタニティセミナー (全2回) 予約制・無料

日時 ①9/6(金)午後1:20～3:40
②9/20(金)午後1:30～3:30
対象 区内在住で、妊娠6～8カ月の妊婦さんとそのご家族
定員 各9組 持ち物 母子健康手帳
申込 8/11(日・祝)午前9:00から二次元コード(▶)で
☎問い合わせ 934-1217



実践！幼児食教室 予約制・無料

日時 9/4(水)午前10:00～11:30 内容 幼児食の話、調理実習
対象 令和4年6月～令和5年2月生まれのお子さんとその保護者
お子さんのお食事でお困りの方 定員 4組
持ち物 母子健康手帳・エプロン・三角巾・ふきん・ハンドタオル
試食用エプロン(お子さん用)・スプーン・フォーク
申込 8/11(日・祝)午前9:00から二次元コード(▶)で
☎問い合わせ 934-1216



プレママ・プレパパクッキング 予約制・無料

日時 9/11(水)午前10:00～午後0:30
対象 区内在住で、妊娠6～8カ月の妊婦さんとそのご家族 定員 8人
持ち物 母子健康手帳・エプロン・三角巾・ふきん・ハンドタオル
申込 8/11(日・祝)午前9:00から9/9(月)午前9:00までに
☎問い合わせ 934-1217 二次元コード(▶)で



乳幼児健康診査 ☎問い合わせ 934-1217

区分	日程	対象者(生年月日)	受付
3(4)カ月児	8/22(木)	令和6年4月16日～4月30日生	【第1子】午前8:45～9:00 【第2子以降】午前9:00～9:20
1歳6カ月児	8/23(金)	令和5年1月7日～1月25日生	【奇数日生】午後1:00～1:20 【偶数日生】午後1:30～1:50
3歳児	8/26(月)	令和3年8月2日～8月18日生	【奇数日生】午後0:50～1:10
	9/9(月)	令和3年8月19日～9月6日生	【偶数日生】午後1:20～1:40

持ち物 母子健康手帳
※1歳6カ月児と3歳児で、フッ化物塗布を希望される方は、子ども用歯ブラシ・タオル・フッ化物塗布費720円(料金免除制度あり)をお持ちください。
(お釣りのないようにご協力ください)
※3歳児には、尿検査を実施します。



乳がん講座 予約制・無料 ☎問い合わせ 934-1218

日時 9/10(火) 午後1:30～3:00(受付は午後1:15～1:30)
場所 東区役所3階 第4会議室
内容 専門医による乳がん予防講話、自己触診法の説明
※希望者のみ個別相談あり(先着3人)
対象 区内在住の女性の方 定員 20人
申込 8/13(火)午前9:00から電話もしくは二次元コード(▶)で



乳がん検診 予約制 申し込みは、8/31(土)～10/11(金)までに

日程 11/1(金)午前中
場所 東保健センター1階
対象 市内在住の、令和6年度中に40歳以上になる女性で、令和5年度中に受診されていない方(授乳中の方を除く)
料金 500円(一部の方に自己負担金免除制度あり。詳しくはお問い合わせください。)

名古屋市健診(検診)総合サイト
(https://758kenshin.city.nagoya.jp/)

または
集団健診予約受付センター
☎0570-041-758
※月～土曜日(祝休日含む)
午前9:00～午後8:00



一般の方 ◎相談・検査のご案内 ※無料

こころの健康相談日(予約制) ☎934-1218 日時 毎週水曜日(8/21を除く) 午後3:00～5:00	HIV検査・梅毒検査・性器クラミジア検査 ☎934-1217
うつ病家族相談日(予約制) ☎934-1218 日時 8/21(水)午後3:00～5:00 対象 うつ病に関する悩みを抱える方のご家族	日時 8/20(火) 午後2:00～3:00 対象 感染不安のある方(匿名での検査可)

ペットの災害対策

本市では、原則として市立小中学校が同行避難可能な避難所に指定されています。市民の皆様のご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

災害はいつ起こるか分かりません。飼い主の方は、普段から災害時を想定し、次のことを準備しておきましょう。

- ・住まいの防災対策:家具やケージの固定
- ・ペットのしつけと健康管理:予防接種、ノミ・ダニの駆除、避妊去勢手術の実施
- ・ペットが行方不明にならないための対策:首輪、犬の鑑札、迷子札、マイクロチップの装着
- ・ペット用の避難用品の備蓄:5日分(できれば7日以上)のえさや水などを用意
- ・同行避難が可能な避難所などの確認、ペットの一時的な預け先の確保

8月

東区役所広報
マスコット
キャラクター
ヒガンノスケ



広報なごや東区版

日曜窓口 | 8/11、9/15(午前8:45~正午)



◀ X(旧Twitter)

フェイスブック ▶



編集 |

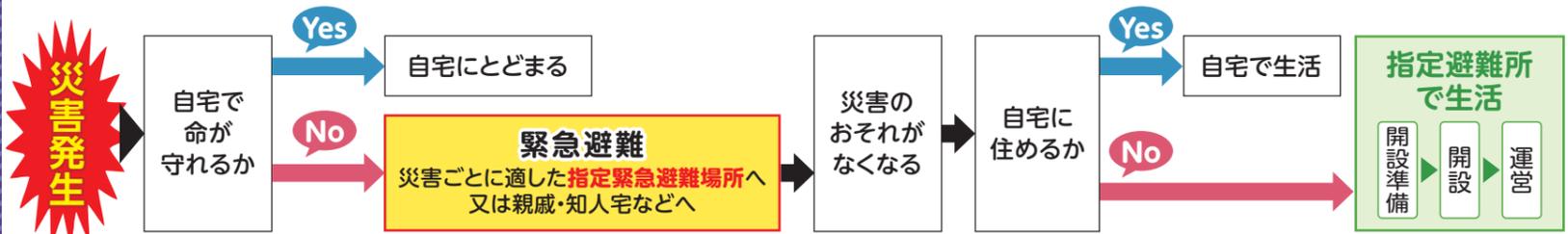
東区役所地域力推進課 〒461-8640
東区筒井一丁目7番74号 ☎935-2271(代)

土木事務所 ☎935-8846 環境事業所 ☎723-5311 上下水道局東部営業センター ☎722-8750 生涯学習センター ☎932-4881 高岳福祉会館 ☎931-8174 高岳児童館 ☎932-1718 スポーツセンター ☎723-0411 図書館 ☎712-3901 文化小劇場 ☎719-0430 警察署 ☎936-0110 消防署 ☎935-0119 社会福祉協議会 ☎932-8204

今災害が起きたら、あなたはどうしますか？

発災直後の行動

災害が発生したら、自身の身の安全を守るとともに、共助の意識をもちましょう。
災害発生初期段階の行動によって、生存確率を大きく上げることが出来ます。



在宅避難のすすめ

自宅で安全が確保できる場合は、住み慣れた環境でストレスのかかりにくい在宅避難をすることもできます。在宅避難をしていても食料や物資の支援を受けることができます。また、普段の生活の中で下記の2点を意識し、日ごろから災害に備えましょう。

ローリングストックの実践

ローリングストックを取り入れて、7日間を目安に普段から食料や飲料水、日用品などを備蓄しましょう。

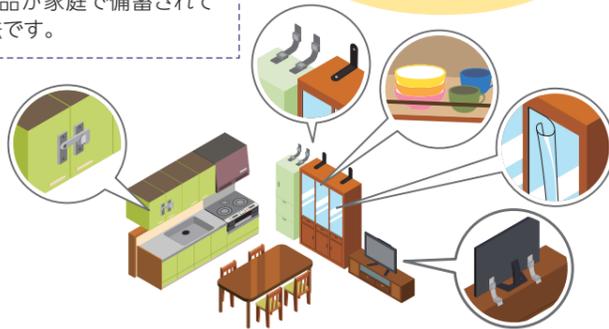
ローリングストック

普段の食品を少し多めに買い置きし、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



安全な環境づくり

在宅避難をするためには、住宅が住める状態であることが必要です。家具の転倒防止対策など、日ごろからの準備を心掛けましょう。



防災アプリがリニューアル!



- 緊急の防災情報がプッシュ通知で届く!
- 知りたい場所の災害リスクがすぐ分かる!
- マイ・タイムラインが作れる!
- クイズで楽しく防災を学べる!

アプリのダウンロードはこちら

iOS



Android



問合 東区役所総務課 ☎934-1116

東区総合防災訓練

総合防災訓練を下記のとおり行います。当日はサイレンを吹鳴します。ご理解とご協力をお願いします。

日時 **9/1(日)**
午前8:35~
場所 **葵小学校**



助け合いの仕組みづくり

助け合いの仕組みづくりとは、地域の方々が要支援者を把握し、安否確認の方法などを話し合っ、災害に備えるための仕組みです。同意があった要支援者の名簿を、自治組織などの支援団体に提供しています。

今年度、要支援者名簿の更新を行います

8/1(木)より、要支援者の方々に対して、同意確認書を順次お送りしております。

同意の有無を選択し、9/30(月)までに東区役所までご返送ください。

暮らしの中の地震対策

- 緊急地震速報を聞いたら、すぐに強い揺れがやってきます。まず、身の安全を確保しましょう。
- 自動車運転中は、あわててブレーキをかけると、追突の危険があります。ハザードランプを点灯し、ゆっくり停止しましょう。
- 避難するときは、隣近所で助け合い、なるべく広く、周辺に建物が少ない道路を選んで避難しましょう。
- やむを得ない場合を除き、避難のために車を使用しないようにしましょう。

防災は 日頃の備え 心がけ

問合 東警察署 ☎936-0110 FAX936-0115

家族で防災会議

毎年、全国各地で自然災害が頻発し、大きな被害が発生しています。いざという時のために家族で話し合いをしていますか？

- どの避難所へ避難するのか？
- 避難所までの経路で危険箇所はないか？
- 外出中の発災時、家族との連絡方法は？

備蓄品や非常持出品についても、家族構成を考えて必要な物と量を用意しましょう。



問合 東消防署 ☎935-0119 FAX937-4468

水の備蓄、どれくらい必要？

1人1日あたり約3リットルの飲料水が必要といわれています。防災用品とともに3日分の水の備蓄も行いましょう。ご家庭の水道水を使って備蓄をする場合、3日間を目安に新しい水道水に取りかえてください。

「名水」のご案内

上下水道局では、災害用備蓄飲料水「名水」を販売しています。

詳しくは、**上下水道局お客さま受付センター☎884-5959**までお問い合わせください。右の二次元コードからも購入申し込みができます。



問合 上下水道局東部営業センター ☎722-8750 FAX722-8756