

令和2(2020)年

10月号

No.707

二孝女物語

広報 ひたち おおた



特集



常陸太田市×大分県白杵市

姉妹都市 締結5周年

～二孝女が結んだ二市の物語～



白杵市観光
PRキャラクター
ほっとさん

【保存版】

マイタイムラインを作りました

- おめでとうございます…………… P7
- TOPICS …………… P7
- えんじたちのスマイル…………… P19

広報
ひたちおおたが
WEBでも読める

姉妹都市締結5周年

「二孝女が結んだ二市の物語」



今年10月、本市と大分県臼杵市は姉妹都市締結5周年を迎えました。この縁を結びきっかけとなったのが、今からおよそ200年前にあった実話「二孝女物語」です。

平成17年に東連地町の青蓮寺で「二孝女」に関する古文書が発見されました。そして親子の再会から200年の節目となる平成23年に開催された「二孝女研究家が集う特別講演を契機として、二市の交流は本格化。両市の「二孝女顕彰会」や市民交流団訪問、災害時の相互援助協定締結など多くの交流が続ぎ、平成27年10月10日に姉妹都市となりました。姉妹都市締結5周年を記念して、臼杵市長をはじめ両市の「二孝女顕彰会長」や臼杵市出身の常陸太田大使「龍齋貞弥さん」からコメントをお寄せいただきました。また、二市のかすがいとなった勇気ある姉妹の親孝行「二孝女物語」を漫画で紹介いたします。

臼杵市長 中野五郎氏

常陸太田市と臼杵市が姉妹都市提携を結んでから本年10月10日で5周年を迎えました。これまでに両市の交流や協力関係が進み、この日を迎えられたことをとてもうれしく感じています。

この記念にあわせ市民交流団と共に貴市を訪れ、皆様方と親交を深めたいと考えておりましたが、現在のコロナ禍において、それが叶わないことが残念でなりません。200年前、他藩に簡単に行き来できない時代の「つゆ」と「とき」の切なさを、今、この時代に少なからず感じています。



このような思いを乗り越えた「二孝女」の心に学び、両市交流を更に深めることが大切であると改めて感じてもらい、5周年を機に、今後の更なる交流が両市発展に繋がることを願っています。

常陸太田大使 一龍齋貞弥氏

両市姉妹都市締結5周年を心よりお慶び申し上げます。

つゆとときの物語が真実であるという奇跡、二人が時を超えて繋いでくれた両市の様々な縁に感謝し、これからも愛をもって「二孝女物語」を語り伝えて参ります。



臼杵市「二孝女顕彰会」会長 吉良達雄氏

常陸太田市と臼杵市が姉妹都市提携を結んでから記念すべき5周年を迎えました。200年前の「二孝女」の縁が、時代を超えた新たな絆として続いています。両市の親交に臼杵市「二孝女顕彰会」の取組みが役立っているとするれば、こんなにうれしいことはありません。

本顕彰会は、人同士のつながりが欠けつつある現代において、「二孝女の孝行」の心を後世に伝えるべく活動を続けています。臼杵に残る「二孝女の碑」の保存や伝承に加え、これからは担う子どもたちにも広く「二孝女物語」を知ってもらうため、大分県の小学校道徳の教材への採用などの働きかけを行ってきました。もちろん、常陸太田市の皆様との交流も大切な取組みです。

今後は、小学生ガイドの育成などに取り組み、深く「二孝女物語」を知りたい子どもたちを増やしていきたいと考えています。これらの取組みが、人づくり、地域づくりに繋がり、人として大切な信頼や慈愛、絆といったものを伝え、将来の両市の交流発展にも繋がるものと信じています。



常陸太田市「二孝女顕彰会」会長 野上平氏

この度、臼杵市と常陸太田市との間で提携が結ばれ、姉妹都市として交流を続け、5周年の節目を迎えることができ、私共常陸太田市「二孝女顕彰会」とりましても、この上ない喜びであります。親孝行の史実が縁で姉妹都市となった例は世界的にも珍しいだけに、一層強い誇りを感じます。

若い親孝行姉妹の夢のような悲願が、官民上げての支援によって叶ったのです。200年の時空を超えて、今なおこの物語を読む方に深い感動を与えています。

身分制の厳しい封建時代にあっても、自国第一主義、自分ファーストとは真逆の社会がありました。領主、役人、村人みんなが、他国者といえど排除せず、人を差別することなく、慈愛に溢れた人情豊かな社会がありました。

姉妹都市提携5周年にあたり、改めて「二孝女物語の世界」に思いを致し、両市手を携え「人情豊かなふるさと、臼杵市・常陸太田市」「人権重視の先進都市」づくりを目指し頑張ろうではありませんか。



茨城県常陸太田市にある青蓮寺

大分県臼杵市

常陸国東蓮寺村現 茨城県常陸太田市東蓮地町の青蓮寺に辿り着いた所で病に倒れ動けなくなっていました

京都(信州)越後(上州)と旅を続けましたが

1804年3月5日

豊後国川登郷泊村(現・大分県臼杵市)

6年前、妻が急死したことにより夫の初衛門は親鸞聖人ゆかりの地を訪ねる供養の旅にでました

姉：つゆ 妹：とき

その7年後、京都で親鸞聖人の550回忌があり証吟和尚は豊後の善正寺の住職、浄範と出会いました

うちのお寺で初衛門の面倒をみていますよ

それはありますがとうございます私が彼の娘たちに伝えましょう

浄範

証吟

この青蓮寺で休んでいきなさい寺の弟子として面倒をみよう名を「教西」とする

住職の証吟夫妻が手厚く看護するも病は重く旅を続けるのが難しくなりました

お金を狙われて襲われぬように汚い恰好をしていこう

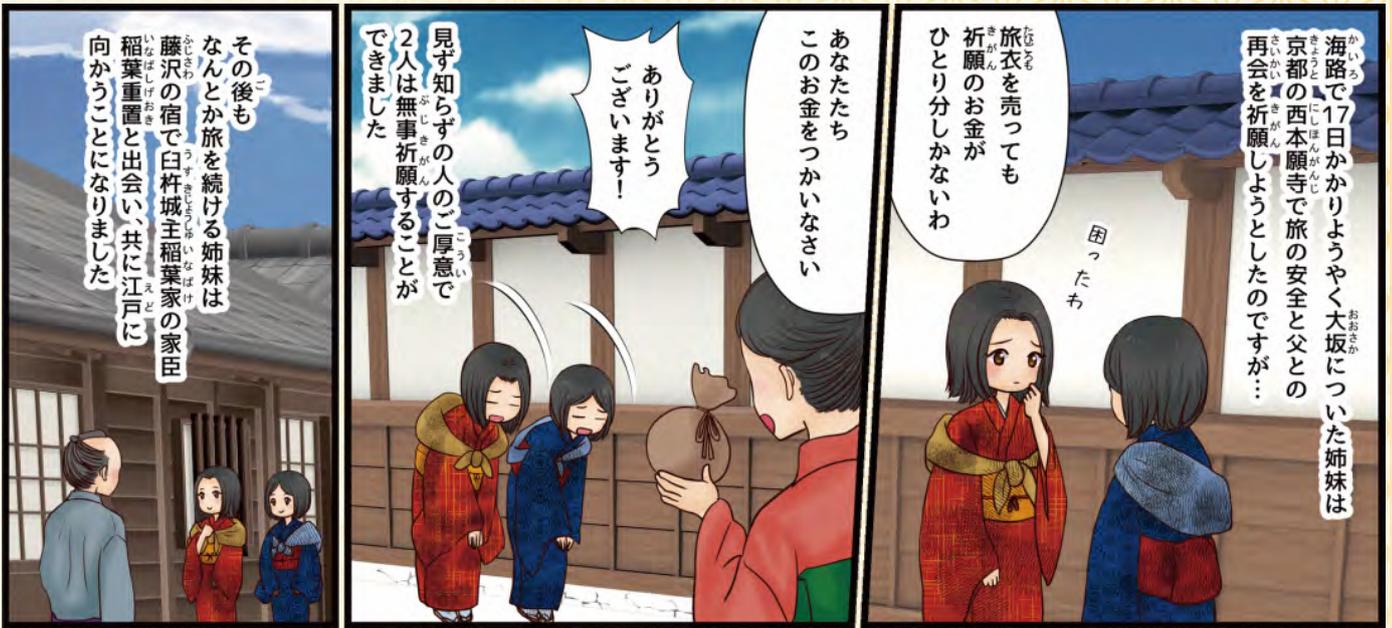
旅を許された2人は臼杵港から大坂行き船に乗りました

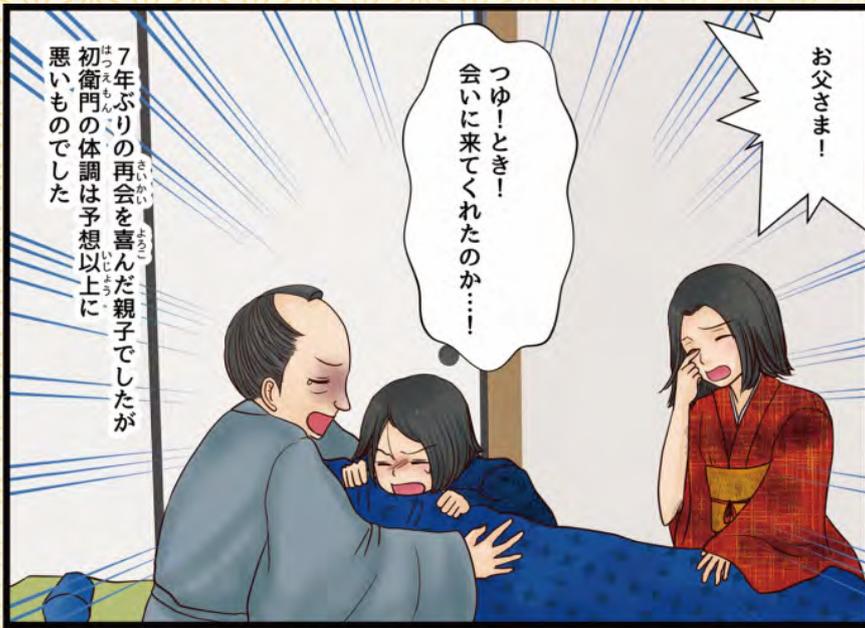
お奉行様どうか行かせてください!

2人の熱意に負けた気をつけるのだぞ

娘2人だけで迎えに行くなんて危険すぎる! 親の仇討ちと勘違いされるぞ!

初衛門が青蓮寺で病に伏せてお世話になっているそうだからすぐに迎えにいきます!





7年ぶりの再会を喜んで親子でしたが
初衛門の体調は予想以上に
悪いものでした

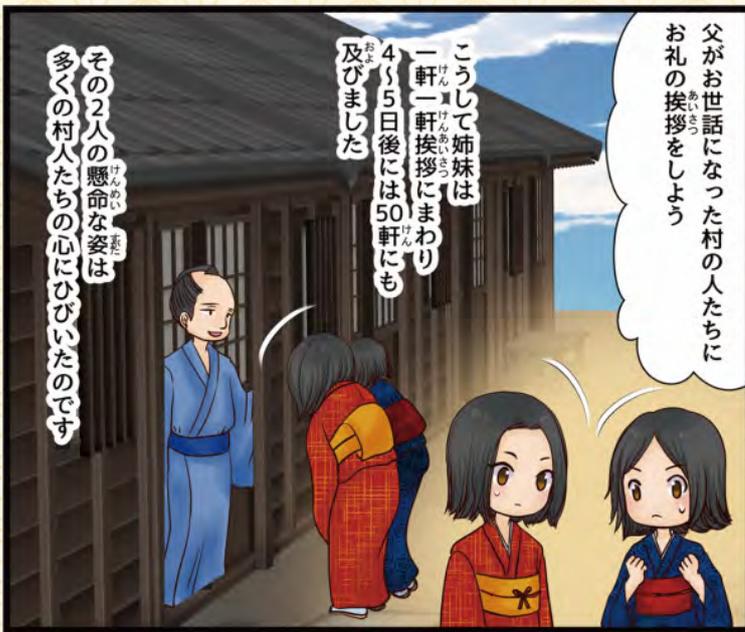
つゆ!とき!
会いに来てくれたのか…!

お父さま!



教西さん!
娘さんが来ましたよ

豊後から来た
「つゆ」と「とき」です
初衛門がお世話になっていきます



その2人の懸命な姿は
多くの村人たちの心にひびいたのです

こうして姉妹は
一軒一軒挨拶にまわり
4、5日後には50軒にも
及びました

父がお世話になった村の人たちにお礼の挨拶をしよう



猿田玄碩先生
このお金で父にお薬を
調合してください

平生佐助から頂いたお金で
お医者様に手厚い治療を
頼むことができました



人々はいっしょか
この姉妹のことを「三孝女」と呼ぶようになり
「三孝女」の物語は今でも語り継がれています

村に戻った姉妹は旅の途中で出会った人々への
恩に感謝し、青蓮寺などに手紙を書きました
家の仕事にも、村の仕事にも
一所懸命に取り組んで過ごしたそうです



親切にしてくれた
村の人に別れを告げ
初衛門、つゆ、ときは無事に
白杵に戻ることができました



奉行所の佐川氏は
姉妹の孝行心に感動し
新しい旅装束と
初衛門が乗るための籠を
用意してくれました

多くの人たちの支えと娘たちの懸命な看病のおかげで
初衛門の病気もしだいに回復していききました

二孝女物語の
足跡が残る場所

青蓮寺

◆問:85・0933
東蓮地町200



物語の中でつゆ・とき姉妹の父・初衛門を保護していた青蓮寺(東蓮地町)。天武天皇とのゆかりも伝えられる歴史深い寺です。現在、住職を務める藤井さんが縁あってやってくるまで長らく無住が続いていたそうですが、この寺を愛する方々により大事に守られ残されてきました。ここには、二孝女がはるばる父を訪ねてきたことが実話であったと分かる貴重な資料が保管されています。平生佐助が青蓮寺へ宛てた心遣いあふれる手紙や、つゆ・ときからの感謝が綴られた礼状など17点。また、本堂は姉妹が訪れた当時から建て替えられていないそ

うです。室内には、二孝女の紙芝居や物語に胸を打たれた方が作った作品もあり、今なお多くの方に影響を与えていることが伺えます。

姉妹は偶然の出会いに助けられ、数々の人の手を借りてこの青蓮寺へたどり着くことができました。「二人の親孝行の気持ちが多くの人々の心を動かす、手助けをしたいと思いますのでしよう」とご住職。そして姉妹の親孝行が巡り巡って、友好の縁として私たちに返ってきました。「平成24年に臼杵市を訪問させていただきましたが、父子を世話してくれたお寺の住職が来てくれた」と言って大変温かく歓迎してくださって感激しました。目には見えない大切なものを教えてくれるお話だと思います。自分たちの故郷にはこんな素敵なことがあったんだよ、と子どもたちに長く伝えていきたいですね(住職)。

皆さんもぜひ青蓮寺を訪れ、二孝女物語に触れてみてください。

PRESENT /
5周年記念企画

熱いコメントで 臼杵の特産品をプレゼント

臼杵市をもっと知ってもらうために、臼杵市自慢の特産品をプレゼントします!皆さんの5周年に対する熱いコメントを添えて、ご応募ください。

1 臼杵煎餅詰め合せセット
ミニ臼杵せんべいセット
2名様 (生姜・カボス・きなこ)10枚ずつ



2 世界一木樽醤油
(化粧箱入り)280ml×1本
1名様 生ぼん酢 250g×2本



3 黒だし番長 500ml×4本
1名様



4 臼杵焼白磁輪花
(箸置き)4個セット
2名様 有機わ紅茶 50g×3袋



5 夏カボスのマーマレード2種セット
2名様 生姜シロップ3種セット
150ml×3本



(プレーン・ローズマリー) (プレーン・辛口・かぼす)

6 きつちよむジンジャー
240ml×9本
2名様



対象:市内に住所を有する方 送付先:〒313-8611 常陸太田市役所市民協働推進課内 常陸太田市友好親善協議会事務局
応募方法:官製ハガキに住所・氏名・電話番号・希望するプレゼント・姉妹都市交流5周年に対するコメントを記入の上、応募してください。
応募締切:10月31日(土)消印有効 その他:応募は一人一回とします。
当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。発送は11月中旬を予定しています。



おめでとうございます



県中学校通信陸上、県中学校3年生水泳記録会で入賞

8月9・10日に笠松運動公園で県中学校通信陸上2020が行われ、次の皆さんが入賞しました。

◆男子共通1500m..

1位 生天目温さん(金砂郷中2年)

◆男子共通3000m..

1位 武藤稜河さん(瑞竜中3年)

3位 加藤滉隆さん(太田中3年)

4位 木村駿太さん(太田中2年)

◆男子共通走幅跳..

8位 小室珈夏斗さん(金砂郷中3年)

◆女子3年100m..

5位 荻津未咲さん(金砂郷中3年)

◆女子共通200m..

3位 椎名凜花さん(金砂郷中3年)

◆女子共通4x100mリレー..

3位 小野藍莉さん、荻津未咲さん、下重明希さん、椎名凜花さん(金砂郷中3年)

また、8月9日に行われた県中学校3年生水泳記録会で、次の方が入賞しました。

◆男子100mバタフライ..

6位 岩間滉英さん(水府中3年)



(上段左から)
小室さん、生天目さん、加藤さん、木村さん、
武藤さん、岩間さん
(下段左から)
教育長、椎名さん、下重さん、荻津さん、
小野さん、市長

防災功労者 内閣総理大臣表彰

9月4日、市消防団が内閣総理大臣から表彰を受けました。これは災害時における被害の拡大防止等の防災活動の実施などで貢献し、特にその功績が顕著であると認められる団体に贈られるものです。市消防団は令和元年台風第19号の際の活躍が認められました。



TOPICS

カブトムシで 子どもたちに笑顔を

8月26日、水府小の1〜4年生の児童とすいふこども園の園児たちに、山田地区を拠点に活動している昆虫愛好家の皆さんからカブトムシやクワガタがプレゼントされました。カブトムシやクワガタを受け取った子どもたちは「大切に育てたい」「嬉しい」と興味深そうに虫かごを覗き込んでいました。





久慈川・那珂川流域 治水協議会発足

8月31日、豪雨などに伴う河川の洪水被害に備え、防災や浸水対策に流域全体で取り組むため、久慈川・那珂川流域治水協議会が発足しました。当日は各市町村などをオンラインで結んだウェブ会議を行い、治水対策について意見を交わしました。



幸久幼稚園児が梨狩り

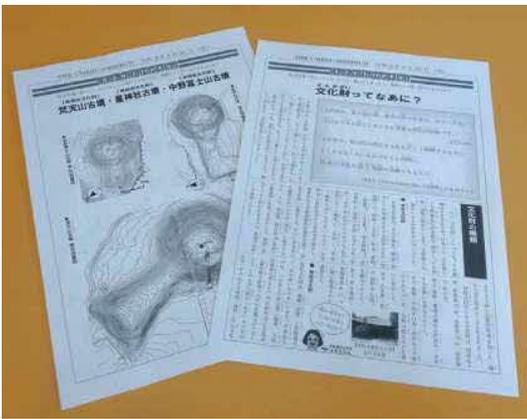
9月8日、幸久幼稚園児たちが萩谷梨園で梨狩りを行いました。梨の収穫方法を聞いた後、自分で選んだ梨を収穫しました。園児たちは「大きいのが採れたよ」「はやくお家で食べたい」と大きな梨を手に笑顔を見せてくれました。



郷土資料館梅津会館 「おうちミュージアム」に 新コンテンツを追加しました

「おうちミュージアム」とは、家にいる時間が増えた子どもたちに向け、家で楽しく学べるアイデアを伝えていく事業です。郷土資料館梅津会館では、これまで「常陸太田市の歴史」「おうちで楽しく学ぼう」の2つを配信してきましたが、この度、新コンテンツを追加しました。

◆市の文化財…市内にある指定・登録文化財を紹介します。
外出自粛が続いて気持ちが疲れてしまったときは、気晴らしに文化財見学に出かけてみましょう。



*郷土資料館梅津会館の「おうちミュージアム」は「梅津新聞」として続々配信中です。最新情報はツイッター・フェイスブック市公式アカウントでお知らせしますので、チェックしてみてください。

◆問…文化課文化振興係(72・3201)





ぶどうのリモートPR イベントを開催

9月12日、常陸太田ぶどう部会青年部が東京のBARAKI senseと協力し、オンラインでぶどう園と店を繋ぎリモートPRイベントを行いました。イベントでは、青年部長の本多雅樹さんが市の紹介やぶどうの紹介、おいしいぶどうの見分け方などを来店しているお客さんに伝えました。お客さんからは、「生産者と話すのは新鮮」との声があり、今後も期待される取り組みとなりました。



柿の脱渋講習会を開催

9月3日、太田地区柿部会が脱渋講習会を開催しました。指導員は「樹上脱渋」について実演を交えながら説明しました。樹上脱渋を行った柿はパリパリとした食感になることが特徴で、一定の基準をクリアしたものは常陸柿匠「星霜柿」と名付けブランド柿として販売していきます。今年の生育はおおむね順調で、収穫は11月上旬から始まります。



ひたちおおたチーズ工房の商品が市内で購入できます

5月24日に稼働を開始した「ひたちおおたチーズ工房」の商品は、道の駅ひたちおおたでの限定販売のみでしたが、新たに下表の店舗でも購入できるようになりました。ぜひ、市内の美味しい生乳を使用したチーズをご賞味ください。



カチョカヴァッロ



モッツアレラ



フロマージュブラン



ストリング

| 販売店舗 | 営業時間 | 定休日 | 販売商品 |
|-------------|-------------|---------------------|---------------------------------|
| 物産センターこめ工房 | 8:30~17:00 | 水曜日、年末年始 *臨時休業あり | モッツアレラ、カチョカヴァッロ、ストリング |
| 水府物産センター | 8:30~17:00 | 無休 | カチョカヴァッロ(箱入り)、ストリング |
| ひたちおおたチーズ工房 | 10:00~16:00 | 土・日曜日、祝日、年末年始 | モッツアレラ、カチョカヴァッロ、ストリング、フロマージュブラン |

みんなでチャレンジ健康づくり みんなであつかもう未来の健康

市第2次健康増進計画～健康づくりに重要な6つの分野

その4

「身体活動及び運動」健康づくりの目標と取り組み

身体活動量が多い人や運動をよく行っている人は生活習慣病にかかりにくく、心の健康や生活の質の改善にも効果があるといわれています。
まずは日常生活の中で取り入れられることから始め、意識して体を動かすように心がけることが大切です。
無理なく続けられる範囲で自分に合った運動を習慣づけ、適正体重の維持や、体力の向上につなげましょう。

「みんなでチャレンジ健康づくりみんなであつかもう未来の健康」を合言葉にそれぞれの年代・場所で連携しながら、健康寿命を伸ばすために取り組みましょう!



市の課題

- 学校の授業以外で体を動かしている子どもの割合は、78.8%と5年前からほぼ変わらず、増加していない。
- 40歳以上の人で20歳の時の体重と比べ10kg以上体重増加している人は、増加傾向にある。



目標

ライフステージに合わせて運動習慣をつける。



「身体活動及び運動」 ライフステージ別 課題・目標・取り組み

| ライフステージ | 課題 | 目標 | 個人や家庭での取り組み | 地域や行政等の取り組み |
|------------------------------------|--|---|---|---|
| 妊娠期～ 産婦期 | 体、環境の変化に伴い積極的に運動ができない | <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠期から体力づくりを行い、安全な出産を迎える ・体を動かす機会を作り、産婦のストレスを解消する | <ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮し、普段から体を動かす ・室内外における転倒予防の環境整備 | <ul style="list-style-type: none"> ・安心安全に運動できる環境整備 ・運動に関する相談 |
| 乳幼児期 (0～5歳) | 同世代同士で体を使って遊ぶ機会が少ない | 体を動かすことの楽しみを経験し、運動が好きになる | <ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮し、普段から体を動かす ・外遊びの時間を増やす ・生活の中でさまざまな経験、体験をする | <ul style="list-style-type: none"> ・安心安全に体を使った遊びができる環境整備 ・体を使った遊びの勧奨 ・各種スポーツ大会、運動教室等の開催および情報提供 |
| 学童期 (6～12歳) 青少年期 (13～19歳) | <ul style="list-style-type: none"> ・外遊びの機会が減り、運動能力、基礎体力が低下している ・個人によって活動量の差が生じやすい | 体を動かす習慣を身につけ、楽しく運動に取り組む | <ul style="list-style-type: none"> ・運動の大切さを理解し、無理なく運動する習慣を身につける ・運動を楽しむ機会を作り、積極的に参加する | <ul style="list-style-type: none"> ・安心安全に体を使った遊びができる環境整備 ・体を使った遊びの勧奨 ・各種スポーツ大会、運動教室等の開催および情報提供 |
| 青年期 (20～39歳) | 仕事や家事・育児等で自分の時間が少なく、身体活動が少ない | <ul style="list-style-type: none"> ・日常生活の中で積極的に体を動かす ・自分に合った運動を見つけ、習慣化する | 1日男性9000歩、女性8500歩を目標に歩く習慣をつける | <ul style="list-style-type: none"> ・各種スポーツ大会、運動教室等の開催および情報提供 ・ラジオ体操等健康づくりの普及 |
| 壮年期 (40～64歳) | 自家用車での移動が多いため、身体活動が少ない | 自分に合った運動を継続して実施することで筋力の強化に努める | <ul style="list-style-type: none"> ・1日男性9000歩、女性8500歩を目標に歩く習慣をつける ・家族や仲間とできる運動習慣を身につける | ラジオ体操やスクエアステップ、シルバーリハビリ体操等健康づくりの普及および協力促進 |
| 高齢期 (65～74歳) | <ul style="list-style-type: none"> ・加齢により身体能力が低下し、膝や腰の関節痛等の症状が出始める ・自家用車での移動が多いため、身体活動が少ない | <ul style="list-style-type: none"> ・自分の体調や体力に合った運動を見つけ、仲間と共に楽しく、無理なく体を動かす。 ・元気に自立して生活できるよう、介護予防の意識をもち筋力強化に努める | <ul style="list-style-type: none"> ・1日男性7000歩、女性6000歩を目標に歩く習慣をつける ・積極的に老人クラブや地域活動に参加する | <ul style="list-style-type: none"> ・介護予防教室の開催および情報提供 ・ラジオ体操やスクエアステップ、シルバーリハビリ体操等健康づくりの普及および協力促進 |
| 高齢期 (75歳以上) | 加齢によるフレイル*の影響で、転倒や骨折が生じやすくなる | 自分の体調や体力に合った運動を見つけ継続して行う | <ul style="list-style-type: none"> ・1日男性7000歩、女性6000歩を目標に歩く習慣をつける ・積極的に老人クラブや地域活動に参加する | 介護予防教室の開催および情報提供 |

*フレイル：加齢に伴い、筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになると年齢を重ねることで生じやすい衰え全般。

マイ・タイムライン

下記を参考に、家族全員が避難するのにかかる時間などを考えながら「いつ」「なにを」するべきか考えて記載してみましょう

主な備えまでのおおよその時間

行政から発信される情報

雨や川の状況

主な備え

備えの例

| 主な備えまでのおおよその時間 | 行政から発信される情報 | 雨や川の状況 | 主な備え | 備えの例 |
|----------------|---------------------------------------|--|------|--|
| 5日 ↓ 3日前 | 台風に関する 気象情報 | 台風が発生 | | ・テレビ等の 天気予報を注意 |
| | 台風の今後の 見通し | まだ雨や風は 強くない | | ・家族全員の今後の 予定を確認 ・避難時に持っていく 物の準備 ・家の周りの点検(飛ばされそうな物が ないか) |
| 1日前 | 大雨注意報・ 洪水注意報 | 雨や風が強くなる | | |
| 8時間前 | POINT 大雨警報・ 洪水警報 暴風警報 | ・水防団待機水位到達 雨が集まって川の 水がだんだん増える | | ・テレビや インターネットで 雨や川の様子に 注意 ・携帯電話の充電 ・避難しやすい服装 に着替える |
| | POINT 氾濫警戒情報発表 | ・氾濫注意水位到達 激しい雨で川の水が どんどん増えて、河 川敷にも水が流れる | | ・雨量や川の水位をイ ンターネットで確認 |
| 5時間前 | 警戒レベル3 避難準備・高齢者等 避難開始 | ・避難判断水位到達 | | ・避難情報を市の防災 行政無線から入手す る ・避難先の判断 ・移動に時間のかかる 人は避難 |
| | ・高齢者等避難開始 ・開設避難所の お知らせ | | | |
| 3時間前 | POINT 氾濫危険情報発表 | ・氾濫危険水位到達 | | すぐに避難 |
| | 警戒レベル4 避難勧告 | | | |
| | 警戒レベル4 避難指示 | | | 避難を完了 |
| 0時間 | 氾濫発生情報発表 | ・氾濫発生 | | |

【保存版】マイ・タイムラインを作ろう



災害から身を守るためには、状況を判断しながら適切に避難することが重要です。災害時の個人の防災行動計画(スケジュール表)であるマイ・タイムラインを事前にとっておく、いざというときの避難に役立ちます。実際にこのページに記入して、家族それぞれが取るべき行動を共有しておきましょう。

*避難については、広報ひたちおた6・7月号をご覧ください。

家

マイ・タイムライン

自分自身の災害リスクを把握し、あわてずに避難準備を始めて、より安全なタイミングで避難を始めることが必要です。いつ何をするか整理しましょう。

● 自宅の危険性 ▶ ハザードマップやホームページで確認

自宅の場所は

- ・ 浸水想定区域にある はい いいえ 「はい」の場合 浸水深は _____ m 浸水継続時間は _____ 時間
- ・ 立退き避難区域にある はい いいえ
- ・ 土砂災害警戒区域 、土砂災害特別警戒区域 にある はい いいえ

● 避難場所 指定避難場所 親戚・知人宅 その他 (_____) (市が開設する避難場所は、災害の規模・種類によって変わります。複数の避難場所を検討してください)

- ・ 避難場所名等 _____
- ・ 避難場所までの時間 _____ (車 ・ 徒歩)

● 避難開始のタイミング (例) 避難準備・高齢者等避難開始

・ _____

● 持ち物 (例)

- | | | | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 食料 | <input type="checkbox"/> 携帯電話 | <input type="checkbox"/> ラジオ | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> アルコール消毒薬 | <input type="checkbox"/> 体温計 | <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> ティッシュ |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ、歯磨き粉 |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> お薬手帳 | <input type="checkbox"/> 服用中の薬 | <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> 雨具 |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> 粉ミルク、哺乳瓶、離乳食 | | <input type="checkbox"/> 紙おむつ、おしり拭き | |
| <input type="checkbox"/> お菓子 | <input type="checkbox"/> 子どものおもちゃ | | | |

その他 (_____)

● 避難するときは

- ブレーカーを落とす 隣近所に声をかける 火の元やガスの元栓の確認 地域で統一した避難済の目印
- その他 (_____)

情報
入手
先



防災行政無線の放送



市HP



市Facebook



市Twitter



気象台HP



川の防災情報



川の水位情報