

洪水ハザードマップで自宅周辺のリスクについて 確認しましょう

皆さんは大雨によって自宅周辺にどんなリスクがあるのかご存じですか？
風水害は、地震と違い、天気予報などで事前に発生を予測することができます。発災時に適切な行動がとれるよう、平時から洪水ハザードマップで自宅周辺のリスクや情報収集の手段について確認しましょう。

●洪水ハザードマップとは

大雨によって河川が氾濫し、堤防を越水または、決壊させた場合に想定される浸水の深さを、以下の2つの条件で地図に示したものです。

- ①想定最大規模（約1000年に1度の大雨）
 - ②計画規模（約30年から150年に1度の大雨）
- ハザードマップは、こちらの二次元コードから確認できます。
※あわら市公式LINEでも常時確認できます。



▲ハザードマップ



●洪水ハザードマップで確認してほしいこと

- ☐ 自宅周辺の浸水の深さ
- ☐ 指定避難所
- ☐ 避難経路
- ☐ 危険箇所（川沿い、橋、アンダーパス、土砂災害警戒区域など）

●万が一、避難が遅れたときは

避難が遅れ、危険が迫ったときには、建物の2階以上に逃げましょう（垂直避難）。

注文した商品が届かない?! 偽サイトにご注意を!

消費者センターだよ

インターネット通販で「注文した商品が届かない」「偽物が届いた」「販売会社の連絡先がわからない」「注文後に偽のサイトだと気づいた」などのトラブルが増えています。実在する企業のサイトと誤解させるようなレイアウトやロゴを使い、正規のサイトと見分けがつかない悪質なケースもあり、注意が必要です。

注文前に確認しましょう!

- ◆ サイトの表記に不自然な点はありませんか。なじみのないURL（末尾が.win .kyz .top など）になっていませんか。
- ◆ 極端な値引きがされていませんか。支払い方法が限定されていませんか。
- ◆ 事業者の連絡先はメールアドレスだけでなく住所や電話番号がしっかりと書かれていますか。



〈支払い方法別 偽サイトの特徴とトラブル対処法〉

【参考】国民生活センターホームページ

支払い方法	クレジットカード	銀行口座などへの振込み（前払い）	代金引換サービス
特徴	・カード情報を悪用され不正利用のおそれあり	・振込口座が個人名義、外国人名義	・送付状に発送代行業者名が記載されている ・宅配業者などからの返金は困難
対処法	・すぐにクレジットカード会社に連絡 ・利用明細は定期的に確認（不正利用の被害を早期に把握）	・すぐに振込先金融機関の窓口で連絡。振り込み詐欺救済法による救済を求める ・すぐに警察に相談する	・注文直後の場合、電子メールでキャンセル連絡 ・支払い前の場合、送付状の「依頼人」が販売業者と違う場合は受取拒否

困ったときは一人で抱え込まず、消費者センターへご相談ください

問合せ あわら市消費者センター ☎ 73-8017 seikatsu@city.awara.lg.jp
消費者ホットライン ☎ 188（局番なし）「泣き寝入りは、いやや（188）！」

消費者庁 消費者ホットライン 188
イメージキャラクター「イヤヤン」

熱中症を予防しましょう!

問合せ 健康長寿課 ☎ 73-8023

熱中症は、高温多湿な環境で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことをいいます。屋外だけでなく屋内でも注意が必要です。

予防のポイント①「暑さを避ける」

【出典】厚生労働省ホームページ

扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



外出時には日傘や
帽子を着用



吸湿性・速乾性のある
通気性の良い服を着用



保冷剤、氷、冷たいタオル
などで体を冷やす



予防のポイント②「のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分を補給」

こまめな水分補給を

1～2時間おきにコップ一杯（200ml）程度の水をこまめに飲みましょう！
特に、子どもや高齢者は、のどの渇きに気づきにくいので、注意しましょう。



塩分補給も忘れずに!

水分をとっていても塩分とのバランスによっては体調が悪化することもあります。
梅干しなど塩分補給を意識しましょう。
※心臓疾患などで塩分制限がある人は医師の指示に従ってください。



カフェインに要注意!

コーヒー・緑茶に含まれるカフェインやアルコールは利尿作用があり、飲み方や飲む量によって脱水症状の危険性が高まります。
適度な量を楽しみましょう。



熱中症対策一時休憩所やクーリングシェルターをご利用ください

市では、商工会、大塚製薬株式会社、芦原温泉上水道財産区とともに熱中症予防のため、熱中症対策一時休憩所やクーリングシェルターを設置しています。下のポスターやのぼりが目印です! 日中、暑さが厳しい時の涼み処としてご利用ください。

【熱中症対策一時休憩所】

【クーリングシェルター】



▲市ホームページ



▲市ホームページ



▲厚生労働省ホームページ