

ハザードマップを確認しよう!

各市町村が制作しているハザードマップを読んで、地域で想定されているリスクを知りましょう。各市町村役場に問い合わせて入手するか、「岡山県防災マップ」から閲覧が可能です。さまざまな危険から身を守るために、「震度分布図」「液状化危険度分布図」「津波浸水想定図」の3種類を確認することが大切です。

※断層型地震による津波は想定されていません。



地震に弱い住宅を強くしよう!

昭和56年(1981年)5月に、住宅の耐震基準が変わりました。これ以前の「旧耐震基準」で建てられた木造住宅の約9割は、大きな地震が来ると倒れる可能性があります。こうした住宅も弱い部分を補強することで、耐震性を高めることができます。ご自宅の耐震化を行い、大きな地震に備えましょう。



耐震化への補助制度があります。市町村補助窓口までご相談ください。

非常持出品をそろえよう!

家が被害を受けた場合や電気やガス、水道などのライフラインが止まって自宅で生活できない場合は、避難所生活を送ることになります。避難所生活に必要なもの(2~3日分の非常持出品)をまとめておき、すぐに持ち出せるように備えましょう。

非常持出品チェックリスト[一例]

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 非常食 | <input type="checkbox"/> 眼鏡、コンタクトレンズ |
| <input type="checkbox"/> ペットボトルの水 | <input type="checkbox"/> 洗面用具 |
| <input type="checkbox"/> 通帳、免許証、健康保険証、診察券、お薬手帳など | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 印鑑(通帳とは別々に保管) | <input type="checkbox"/> 医療品(薬、消毒液、ばんそうこうなど) |
| <input type="checkbox"/> 現金(小銭も含めて) | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 家・車の合鍵 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具(油性ペン、ノート) | <input type="checkbox"/> 防寒保温シート |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯、電池 | <input type="checkbox"/> ヘルメット、防災ずきん、ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> スマートフォンの充電器・予備バッテリー | <input type="checkbox"/> 防寒着、雨カッパ |
| <input type="checkbox"/> FM・AMラジオ | <input type="checkbox"/> アイマスク、耳栓 |
| <input type="checkbox"/> 軍手、手袋 | <input type="checkbox"/> 着替え |
| <input type="checkbox"/> マスク、体温計、アルコール消毒液、スリッパ | |

家具の移動・転倒を防ごう!

倒れてきた家具でケガしないよう、固定しましょう。壁に固定する場合は、壁の中に入っている角材(間柱や胴縁)に取り付けましょう。

冷蔵庫

転倒防止ベルトなどで壁に固定。



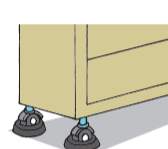
テレビ

ロープなどで壁に固定。脚に粘着マットなどをつける。



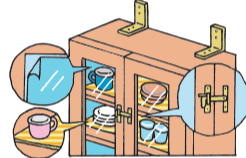
キャスター式家具

移動しないようキャスター下皿を置く。



食器棚

L字金具などで壁に固定。扉に留め金をつけたり、ガラス飛散防止フィルムを貼り、食器やガラスが飛び散らないように。



いざというときの避難方法を知ろう!

地震から命を守るには?〈家庭にいる場合〉

- 緊急地震速報発表**
 - テレビやラジオで放送されるほか、携帯端末などへ発信される。
- 頭を守り、安全確保**
 - 頭を守り、机などの下に隠れる。外へ飛び出さない。
- 逃げ道を確保する**
 - 揺れが収まってから、靴やスリッパを履いて移動。
- 火を止める**
 - 火を消し、ガスの元栓を閉める(無理せず揺れが収まってから)。
- 電気のブレーカーを切る**
 - 漏電による火災を防ぐ。
- 避難する**
 - 非常持出品を持って指定の避難場所へ移動。



津波から命を守るには?

- 地震発生**
 - 強い揺れや、長時間の揺れを感じたら…
 - 大津波警報、津波警報・注意報が発表されたら…
- ただちに安全な場所へ避難を**
 - 沿岸部や川沿いにいる人は、高台や津波避難ビルなどに避難。
 - 海の中にいる人は、すぐに上がって海岸から離れる。
- 正しい情報を入手する**
 - ラジオ、テレビ、広報車などで情報を得る。
- 警報解除まで気を緩めない**
 - 津波は繰り返し襲うため、警報解除まで安全な場所から離れない。
 - 注意報が解除されるまで、海岸に近づかない。

Interview
地区防災計画を策定
避難所運営の訓練も実施しました

笠岡市金浦地区は、笠岡湾に面しています。地震が起きれば津波に襲われるリスクに加えて、海に近い干拓地エリアでは液状化、山に近いエリアでは土砂災害のリスクを抱えています。そのため住民の防災意識は高く、平成23年(2011年)に防災部会を立ち上げました。

一昨年には県のモデル事業として、「金浦地区防災計画」を策定。「災害発生時に逃げ遅れゼロ」を目標に、災害時に取るべき行動を定めたタイムラインや、エリアごとの避難場所や備蓄品をまとめた一覧などを作成し、ダイジェスト版を地区の全戸に配布しました。また昨年には地域の防災拠点である金浦公民館で、約50人が参加し大地震発生を想定した避難所運営訓練を実施。こうした取り組みを通じて「支え合い・助け合い」の仕組みを作り、自分の身や仲間、地域を守れるまちづくりをしていきたいですね。



避難所運営訓練(金浦公民館)



金浦地区まちづくり
自治協議会防災部会 会長
高橋 邦彦さん

防災情報を入手しよう!

■おかやま防災ポータル

地震・津波情報や避難所情報などを調べられるウェブサイト。



■Yahoo!防災速報

防災情報を発信する無料アプリ。



iPhone版 Android版

■防災ガイド「ももたろうの防災」

岡山県特有の災害リスクを解説。子ども用、要配慮者用の別冊もあり。



《お問い合わせ》岡山県危機管理課 TEL.086-226-7562

新型コロナウイルス感染症への取り組み

▶感染症法上の位置づけ変更について

5/8(月)から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、季節性インフルエンザと同じ5類感染症に変更されました。このため、基本的な感染防止策について、県民の皆さんの自主的な判断により取り組んでいただくこととなります。

基本的な感染防止策

手指衛生、換気などの基本的な感染防止策は引き続き有効です。また、マスク着用が効果的な場面では、マスクの着用を推奨します。

健康的な日常生活

健康状態に応じた運動や食事など、適切な生活習慣の取り組みが大切です。適度な運動・バランスのとれた食事を心がけましょう。

あらかじめの備え

体調不良時に備えて、抗原定性検査キットや自宅療養に必要な解熱鎮痛薬などを用意しておきましょう。また、高齢者や基礎疾患を有する方など重症化リスクが高い方は、新型コロナワクチン「令和5年春開始接種」を推奨します。

発熱時などの受診相談、陽性判明後の体調急変時は、受診相談センターまたは夜間・休日健康相談窓口へお電話ください。

☎ 受診相談センター:各保健所(平日9:00~17:00)

夜間・休日健康相談窓口 ☎086-226-7073(平日17:00から翌日9:00、土日・祝日24時間対応)

新型コロナワクチン「令和5年春開始接種」が始まりました!

重症化予防を主な目的として、自己負担なく接種できます。

◆令和5年春開始接種

接種対象者	①65歳以上の方 ②5~64歳の基礎疾患を有する方その他重症化リスクが高いと医師が認める方 ③医療従事者等・高齢者施設等の従事者
接種回数	5~8月の期間中に1回
接種券	接種及び予約には接種券が必要です。市町村によって発行方法が異なりますので、詳細は右の二次元コードからご確認ください。

接種券の詳細はこちら



◆今後の接種スケジュール

5~8月	9月以降
令和5年春開始接種で1回	令和5年秋開始接種で1回

9月以降の接種は5歳以上のすべての方が対象になります

予約はインターネットからが便利です!

岡山県共通予約システム



おかやま夏旅キャンペーンを 開催します!

令和5年(2023年)7~9月にかけて、観光キャンペーン「おかやま夏旅キャンペーン」を開催します。マスキングテープで観光地をカラフルに彩るアートイベント「mt project」や、旬を迎えた白桃やぶどうを満喫できる企画、美観地区にある大原家別邸・有隣荘の夜間特別公開をはじめとした岡山の夜を楽しむイベントなど、本県ならではの魅力的な企画を多数ご用意し、心が晴れやかになる旅をお届けします。

詳しくは、県の公式観光サイト「岡山観光WEB」の特設ページをご覧ください。

岡山県観光振興局 岡山県観光推進協議会事務局 ☎086-233-1802



ココロ晴ればれ
おかやまの旅



※画像はすべてイメージです。

ご存じですか? 住宅が被災した後に必要な処置

平成30年7月豪雨災害では、家屋が浸水したときに、まず何をすればいいのか、片付けや掃除のときには、どんなことに注意すればいいのか、多くの方が悩まれました。

県では、こういった浸水してしまった家屋を復旧するときに参考となる情報をまとめてHPIに掲載しています。

片付けの前には必ず写真を撮る、といった基本的な注意点とともに、復旧までの全体像をわかりやすくまとめたパンフレットや、技術者向けの情報が入った冊子なども掲載しています。

ぜひHPをご覧ください。
岡山県住宅課 ☎086-226-7527



HPIはこちら

栄養たっぷり! 地産地消レシピ

鏡野町栄養委員会おすすめ オクラとトマトのさっぱり和え



鏡野産のトマトは甘く、そのまま食べても調理してもおいしい逸品。皮もやわらかく、酸味の少ない大玉トマトもおすすめです。

たんぱく質	0.8g
脂質	0.1g
炭水化物	2.5g
食塩相当量	0.7g

1人分 31kcal

材料 / 4人分

- オクラ……………15本
- ミニトマト…12~16個
- しょうゆ…小さじ1
- レモン汁…小さじ1
- 塩吹昆布……………10g A
- 削り節……………2袋
- 塩……………少々

作り方

- ①オクラに塩をまぶして板ずりし、熱湯でサッと茹でて冷水に浸す。ガクをくりとむいて約2cmの長さに切る。
- ②ミニトマトを湯むきする。
- ③ボウルに①②とAを入れて和える。

point

ミニトマトを湯むきすることで味が絡みやすくなります。湯むきが手間に感じる時は半分にカットして和えてみてね。



岡山県栄養改善協議会事務局(岡山県健康推進課内) ☎086-226-7328

県内各地の情報を発信! 市町村だより

勝央町 巡回展 ウクライナ 子ども絵画展

「ウクライナ 子ども絵画展」と題し、ウクライナの子どもたちが描いた絵を展示します。

今なお、終わりの見えない戦争のなかで懸命に生きるウクライナの人々。

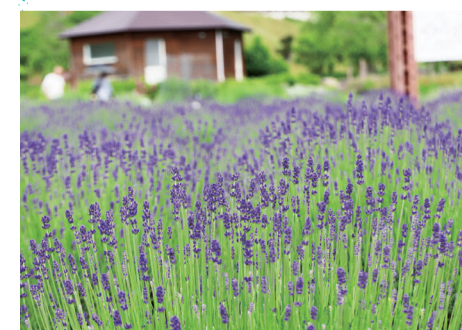
ウクライナの文化や景色が伝わる絵を通じて、ウクライナの子どもたちに思いを寄せ、改めて平和の尊さについて考えてみませんか。

期間 6/17(土)~7/2(日)
10:00~18:00 ※入館は17:30まで。
休 月曜日 場 勝央美術文学館 ギャラリー1・2
¥無料 岡 勝央美術文学館 ☎0868-38-0270

ウクライナ 子ども絵画展 (入場無料)

勝央美術文学館 町民ギャラリー
2023.6.17(土)~7.2(日) 10:00~18:00 入場無料

美咲町 まきばの館でラベンダーが見頃を迎えています!



美咲町にあるまきばの館で、6月にラベンダーが見頃を迎え、8品種5,000株ものラベンダーが園内一面に広がります。

6月中旬には濃い紫色で見た目がきれいな「早咲き3号」、6月下旬から7月上旬にかけて香りのいい中生・晩生品種が順に開花し、時期ごとの花と香りを楽しめます。

また、ラベンダーの花摘み体験イベントを開催予定で、摘んだ花穂は自宅へ持って帰ることができます。ぜひご来園ください。

期間 6~7月上旬(無休) 10:00~17:00
場 まきばの館(久米郡美咲町北2272) ¥入場無料
岡 まきばの館管理事務所 ☎0867-27-2346

おかやま検定の 過去問題に挑戦!

晴れの国 おかやま検定



10問中
正答率

京都大学岡山天文台には東アジア最大級の大口径望遠鏡「せいめい」がある。平安時代の陰陽師・安倍晴明が近くの山で天体観測をしたと伝えられていることからその名が付けられたが、この天文台があるのは次のうちどれか。

1 真庭市 2 井原市 3 岡山市 4 浅口市

黄ニラの連作障害の対策として栽培が始まったある野菜は、独特な苦みと香りがあるが、岡山では日本人の舌に合うマイルドな品種が生産されている。栄養価が高く、ゼリーやリキュールなどの加工品としても注目を集めている野菜は次のうちどれか。

1 パクチー 2 セロリ 3 パセリ 4 ルッコラ



最新情報をSNSで配信中!



イベントなどについては変更となる場合がありますので、事前にご確認ください。

お知らせ

今年度もあります! EV補助金



令和5年度も、国が行っている車両購入補助のほか、電気自動車(EV)の導入のためのさまざまな補助制度が設けられています。

県では、事業者の皆さんを対象に、国の補助に上乗せして充電設備やタクシーやレンタカーなどの車両にEVを導入する際の補助金を交付しています。



この機会にぜひEVを導入してみませんか?

問 新エネルギー・温暖化対策室 ☎086-226-7298

中学生必見!おかやま 県立高校情報ナビ



岡山県教育委員会では、県立高校51校の情報を分かりやすくまとめたポータルサイト「おかやま県立高校情報ナビ」を運営しています。地域・学科・取れる資格・部活動から高校を検索することや、気になる高校の特色などを調べることができます。

ただいま各校のオープンスクール情報も掲載中!ぜひHPをチェックしてください。



問 教育庁教育政策課 ☎086-226-7569

横断歩道は歩行者優先!



横断歩道や自転車横断帯を横断しようとする歩行者・自転車がいたら、必ず一時停止してください。横断歩道は歩行者優先です。岡山県警察では、歩行者妨害などの横断歩道における取締りを強化しています。

二次元コードからSTU48の動画を見て、交通ルールをチェック!



問 警察本部交通企画課 ☎086-234-0110(代表)

募集

おかやまマラソン2023 ボランティア募集



11/12(日)開催の「おかやまマラソン2023」を支えるボランティアを募集します。

② 団体(6人以上)・・・4,000人程度
個人(1人または5人までのグループ)・・・500人程度
③ 団体・・・5/8(月)～7/31(月)
個人・・・6/1(木)～7/31(月)

④ 活動日・活動内容
11/10(金)・・・ランナー配布物封入作業
11/11(土)・・・ランナー受付、会場誘導など
11/12(日)・・・会場誘導、手荷物預かり・返却、ランナーサービスなど

問 おかやまマラソン実行委員会事務局 ☎086-226-7908



イベント

開館35周年記念展 CORRELATION —交流と継承—



岡山県立美術館は本年3/18に開館35周年を迎えました。購入や寄贈などにより年々深化していく当館収蔵品を紹介し、同時代で交流する美術、そして前の時代から後の時代へと継承する美術を、それぞれに趣向を凝らしたテーマでひも解きます。

絵画、彫刻、工芸といった分野、そして古美術から現代美術までを横断する彩り豊かな展示です。県民の財産「岡山の美術」を実感してみませんか?

期間 5/19(金)～7/2(日)

※後期6/14(水)から一部展示替えをします。

② 9:00～17:00 ※入館は閉館30分前まで。5/27(土)、6/24(土)は19:00閉館。休月曜日、6/13(火)

場 岡山県立美術館 2階展示室、地下展示室

料 一般700円、大学生400円、65歳以上600円、小中高生無料

問 岡山県立美術館 ☎086-225-4800



1886年 岡山東山県立美術館蔵

県民防災シンポジウムを 開催します



平成30年7月豪雨災害から5年が経過します。県では、有識者を招いて、平成30年7月豪雨災害を振り返り、防災について考える県民防災シンポジウムを開催します。屋外広場で地震車による地震体験も予定しています。

イベントに関する情報を随時更新していきますので、ぜひHPをチェックしてください。

開催日 7/30(日)

場 岡山コンベンションセンター1階

イベントホール・屋外広場

料 無料 問 危機管理課 ☎086-226-7562



アイコンについて

- 🕒 日時・期間 場 場所 休 定休日・休館日・休業日
- 💰 料金 募 募集期間、応募方法 対 対象、募集人数
- 📄 応募・申込締切 問 お問い合わせ ☎ 電話

スポーツ インフォメーション

▼Jリーグ(J2リーグ)

ファジアーノ岡山

場 シティライトスタジアム

6/3(土) VS 徳島ヴォルティス

6/11(日) VS 東京ヴェルディ

7/1(土) VS 水戸ホーリーホック

7/5(水) VS 藤枝MYFC

7/16(日) VS V・ファーレン長崎



▼2023プレナスなでしこリーグ2部

岡山湯郷Belle

場 岡山県美作ラグビー・サッカー場

6/10(土) VS 吉備国際大学Charme岡山高梁

6/24(土) VS FCふじざくら山梨

7/2(日) VS つくばFCLレディース

吉備国際大学Charme岡山高梁

場 神原スポーツ公園

6/4(日) VS つくばFCLレディース

6/17(土) VS ノルディーア北海道

問 スポーツ振興課 ☎086-226-7440 ※料金は各チームのHPをご覧ください。

「かやける」の意味。「かやけるな」「ちばけな」「かやけてくるのか」「かやきよんか」等と変化する。

「うたて」[uttate]

「もの」の最初「の意味で使う。とりわけ書道において「最初に筆を立てること(始筆)」をこの言葉で表現することが多い。

岡山弁と知らずに使っていた言葉もあるんじゃないかな?

つこてみられえ!

ももっちの岡山弁講座

豊かな響きを持つ岡山弁。地元の方も、移住者の方も、方言の魅力に触れてみてください!

もげる [mogeru]

共通語では「ちぎれる」という意味で使われる言葉だが、岡山弁では「音程がはずれる」を意味する。「カラオケ行ったんじゃけど、もげてしまった」のような使い方をします。

ちばける [chibakeru]

参考:「岡山弁JARO?」「めくってみられ 岡山弁で一れ一辞典」「ももたの岡山弁講座」

この紙面に記載している情報は5/10(水)時点のものです。次号は8月発行(予定)

◆一部の市町村においては市町村広報紙と一緒にお届けします。市区町村役場の窓口、県庁、県民局、地域事務所、郵便局、コンビニ(ファミリーマート、セブン・イレブン、ローソン、ポプラ)などでも入手できます。◆岡山県にお寄せいただいた個人情報は、それぞれの業務目的以外には使用いたしません。◆岡山県では財源確保のため広告を掲載しています。



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



この広報紙は環境に配慮した植物油インキを使用しています。