

## 知っていますか? 「地震その時の10のポイント」

8月30日から9月5日は「防災週間」です。突然大きな地震が起きたら、私たちは適切な行動がとれるでしょうか?もしものときのために、「地震その時の10のポイント」を確認しましょう。

### 地震時の行動

#### ①地震だ!まず身の安全

丈夫なテーブルの下や、物が落ちてこない、倒れてこない空間に身を寄せ、揺れが収まるまで様子を見る。



### 地震直後の行動

#### ②落ちついて 火の元確認 初期消火

揺れが収まってから、慌てず火の始末、消火をする。

#### ③慌てた行動 けがのもと

屋内では、転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。

瓦や窓ガラス、看板などが落ちてくるので、外に飛び出さない。

#### ④窓や戸を開け 出口を確保

揺れが収まったら、避難できるよう出口を確保する。

#### ⑤門や塀には近寄らない

屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



### 地震後の行動

#### ⑥火災や津波 確かな避難

大規模な火災など身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。

沿岸部では、大きな揺れを感じたり津波警報が出されたら、高台など安全な場所に素早く避難する。

#### ⑦正しい情報 確かな行動

テレビやラジオ、消防署、行政などから正しい情報を得る。

#### ⑧確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

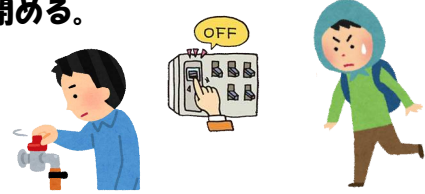
まず自分や家族の安全を確認し、近隣の安否を確認する。

#### ⑨協力し合って救出・救護

近隣で協力し、倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を救出・救護する。

#### ⑩避難の前に安全確認 電気・ガス

避難するときは、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める。



## 新型コロナウイルス感染防止のため引き続きご注意ください!

都内では、家族間や会食、職場等での感染者が増加しています。感染予防には、日常生活の中での感染防止の基本を守ることが大切です。下記を参考に、一人ひとりが責任のある行動をお願いします。

### 【日常生活での実践例】

#### ○感染防止の3つの基本を守る

- 身体的距離の確保 (2m 程度)
- マスクの着用
- 手洗い

○人との会話や会食するとき等は、できるだけ相手の真正面は避ける

○箸や皿等の共用を控える

○買い物は少人数・短時間で済ませ、レジに並ぶときは間隔を空ける

○帰宅したら手や顔を洗い、すぐに着替えるかシャワーを浴びる

○手洗いは石けんを使い、30秒程度かけて洗う

○発症したときのため、会った人や場所を記録する

# 令和2年度 技能講習受講者募集しています！

## 資格を取得して、常用就職しませんか！！

- 過去に希望する受講科目の資格を取得したことがなく、修得した技能を活用して常用就職したい方。
- センター利用者カードまたは、玉姫・河原町の白手帳もしくは求職受付票を所持している方が対象です。
- 受講者の方には、各労働出張所の就職支援ナビゲーターの面接を受けていただきます。  
※失業給付金及び日当は支給されません。
- 今年度、これから受講できる科目などの詳細については、センター3階相談窓口までお越しください。

※日雇労働者等技能講習事業の目的は、日雇労働者の方が資格を活用して常用就職することです。日払いの就労日数増加や賃金アップを目指すものではありません。  
この点をふまえて受講申込みをするようお願いいたします。

## 高齢者等のためのレクリエーション

### 浅草木馬館《9月の劇団》



一見劇団 座長 一見 好太郎・古都乃 竜也

令和2年9月1日（火）～ 9月29日（火）

昼の部 12時～15時30分 夜の部 17時～20時30分

配布しました鑑賞券の使用期限は、9月29日までになります。期限を過ぎると使用できませんので、お早めにご使用ください。

### 【入浴券をお持ちの方に重要なお知らせ】

湯どんぶり 栄湯が9月9日（水）以降は改修工事のため、銭湯を利用できなくなります。

配布した入浴券を、まだ使用していない方は、9月8日（火）までに、必ず使用してください。