



防災ガイド ② ～日ごろの備え～

地震発生！ 「その時！どこにいるか！」(室内編)

強い揺れがくれば、その間は何も行動することができません。グラッと来てから、できることは限られています。揺れを感じたときに、自分がいる場所の状況に応じた適切な行動が、身の安全を守るためにとても重要となります。今回は、室内で必要とされる対応を確認してみましょう。



□室内で…グラッと来たらどうする!?

室内にいるとき	立ってられないような大きな揺れを感じたら、まず丈夫な机やテーブルの下に身を隠します。厚底の室内履きを履けば、屋外への避難にも使えます。ぜひ、部屋に常備してください。屋外に避難するときも、むやみに飛び出したりせず、落下物に注意します。
火を使っているとき	簡単に消火できない限り、むやみに火を消しに行かないでください。マイコンメーターの機能で、おおむね震度5でガスの供給が止まります。
寝ているとき	落下物の衝撃を避けるために、枕で頭を守ってください。また寝室のたんすなどは、普段から転倒予防しておくことが重要です。
お風呂・トイレに入っているとき	お風呂・トイレの中は、落下物も少なく比較的 안전한場所なので、その場で待機してください。揺れが収まったら、逃げる行動に移りましょう。

◆危機管理室 ☎(☎042-438-4010)

救急医療情報キットを配布中

「救急医療情報キット」は、救急時や災害時に、要援護者(高齢者、障害のある方や難病の方)が救命に必要とされる情報をより確実に救助者に伝達するための道具です。

平成23年11月から開始した「救急医療情報キット」の配布を引き続き行っています。配布には、申請書および本人確認ができる証明などが必要です。

詳しくは下記へお問い合わせください。

□**配布場所** 高齢者支援課および障害福祉課窓口(田無庁舎1階)、危機管理室(防災センター5階)

◆危機管理室 ☎(☎042-438-4010)



救急医療情報キット

西東京就職情報コーナーのご利用を

時月～金曜日午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

※窓口が混雑するため、相談・紹介を希望する方は、午後4時30分ごろまでに受け付けを済ませてください。

場 田無庁舎2階

内 ①求人情報の提供(求人検索パソコンで求人情報が閲覧可) ②就職に関する相談・求人企業へのご紹介 ③各種就職に関する情報誌の展示・提供 ④市内企業からの求人申し込みの取り次ぎ業務

問 西東京就職情報コーナー

(☎042-464-1860)

◆産業振興課 ☎(☎042-438-4041)



西東京就職情報コーナー

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

臨時職員募集

□**職種** ①西東京市市民協働推進センター業務全般

②西東京市社会福祉協議会業務の事務補助

□**人数** ①・②各若干名

対 ①市民活動および協働の推進のためのさまざまな企画力がある。団体・関係機関とのコーディネートに力を発揮できる。パソコンでの入力作業ができる。

②パソコンでの入力作業ができる。

□**契約期間** 6月1日～平成25年3月31日

□**勤務日時** ①日～土曜日(火曜日は休み・週2～4日程度)午後4時30分～9時の実働4時間30分

②月～金曜日午前9時～午後5時の実働7時間

□**勤務場所** ①イングビル1階

②西東京市社会福祉協議会事務所

□**賃金** 時給840円

□**選考方法** 書類選考・面接(5月24日(休))

申 5月18日(金)午後5時までに、履歴書を下記へ持参。

問 西東京市社会福祉協議会

(中町1-6-8 保谷東分庁舎1階・

☎042-438-3771)

シニア対象パソコン教室 6月受講者募集

◆**パソコンの始め方と入力** 時 1日(金)午後1時～4時/¥無料/申 5月23日(水)まで

◆**パソコン入門講座** 時 8日(金)・15日(金)・22日(金)・29日(金)の午前(計4回)/¥6,000円/申 5月28日(月)まで

◆**ワード中級講座** 時 5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)の午前(計4回)/

¥6,000円/申 5月25日(金)まで

◆**エクセル中級講座** 時 5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)の午後(計4回)/

¥6,000円/申 5月25日(金)まで

◆**パソコンの楽しい活用講座**(ご自分のパソコンでも受講できます。詳細は資料をご請求ください) 時 8日(金)・15日(金)・22日(金)・29日(金)の午後(計4回)/

¥1回1,500円(過年に当教室の講座を受講された方は1回無料)

※受講料はいずれもテキスト代込み

時 無料講座以外は午前9時30分～正午、午後1時30分～4時

場 シルバー人材センター東伏見教室

対・定 「パソコンの始め方と入力」および「パソコン入門講座」以外は文字入力のできる方・いずれも10人

申 往復はがきで、希望講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、下記へ。

問 西東京市シルバー人材センター(〒202-0013中町1-6-8 保谷東分庁舎・☎042-425-6611)

都立田無特別支援学校の学校公開

時 6月1日(金)午前9時～午後0時30分

※当日は午前9時15分までに来校してください。

内 授業・施設見学、説明会など

問 都立田無特別支援学校(南町5-15-5・☎042-463-6262)

無料市民相談

■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 田・保	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時

■専門相談(予約制)

申 5月17日(休)午前8時30分から希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話(★印は、5月7日(月)から受付中)

なお、予約開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。

問 市民相談室 田(☎042-460-9805)・保(☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	5月23日(水)、25日(金)、31日(木)、6月1日(金) 午前9時～正午 ※5月31日(木)は人権・身の上相談を兼ねる
	保	5月24日(木)は午前9時～正午で、人権・身の上相談を兼ねる 6月5日(火)、6日(水)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	6月7日(木) 午前9時～正午
	保	★5月24日(木)
税務相談	田	5月25日(金) 午後1時30分～4時30分
	保	6月1日(金)
不動産相談	田	6月7日(木) 午後1時30分～4時30分
	保	6月14日(木)
登記相談	田	6月14日(木) 午後1時30分～4時30分
	保	6月21日(木)
表示登記相談	田	6月14日(木) 午後1時30分～4時30分
	保	6月21日(木)
交通事故相談	田	6月13日(水) 午後1時30分～4時30分
	保	★5月23日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	6月11日(月) 午後1時30分～4時30分
	保	6月15日(金) 午後1時30分～4時30分
行政相談	田	6月15日(金) 午後1時30分～4時30分
	保	★6月6日(水) 午後1時30分～4時30分