

津波避難ビルの指定にご協力を！



町では、町民が津波から一時的に身を守るための緊急退避場所として利用できるよう、海拔10メートル以下およびその周辺にある、一定の構造的要件を満たした建物を、緊急避難場所「津波避難ビル」として指定する取り組みを進めています。

津波避難ビルの指定要件

▼構造的要件

鉄筋コンクリート造、あるいは鉄骨鉄筋コンクリート造で耐震診断によって耐震安全性が確認されている建物、または新耐震設計基準（昭和56年施行）に適合している建物

▼避難場所使用部分
4階以上、あるいは3階建ての屋上、廊下部分を基本とする

▼位置的要件
海拔10メートル未満およびその周辺の建物

※今後、県が津波浸水想定の見直しを行う予定で、その内容によって、範囲の拡大も検討していきます。



◎問い合わせ 危機管理対策室
☎内線 244

町内の環境放射線量測定調査結果

町では、町内の学校、公共施設、公園・広場等の放射線量の簡易測定を実施しています。結果はいずれも国の基準値以下でした。

なお、大磯・国府小学校を測定ポイントとして引き続き週1回測定を実施していきます。

町内の環境放射線測定調査結果

測定場所	線量
大磯小学校 (平成23年7月27日、天気：晴)	0.11 μ Sv/h
国府小学校 (平成23年7月27日、天気：晴)	0.07 μ Sv/h
生涯学習館 (平成23年7月21日、天気：晴)	0.09 μ Sv/h
子育て支援総合センター (平成23年7月6日、天気：晴)	0.10 μ Sv/h

・県のモニタリングポストでの放射線測定とは測定方法等が異なります。
・文部科学省の屋外活動の基準：3.8 μ Sv/h（マイクローベルト/時）
・測定結果は、町ホームページから確認できます。

◎問い合わせ

危機管理対策室 ☎内線 241

こんにちは保健師です

182

「おあしす24健康おおいぞ」では、地域のみなさんと健康に関する話がはずんです！

1 健診結果を見てみよう

特定健診をご夫婦で受診された奥様が結果用紙を見ながら：「私は食事や運動などに気を使っているのに、ずぼらな主人より中性脂肪が多いのはなぜでしょうか？」と質問されました。

中性脂肪は、血液の中の脂肪で動脈硬化の原因となるドロドロ口血の目安となります。前日の食事内容によっても変わります。また、このような検査の数値は、年齢・性別・生活習慣・そして親から引き継いだ体質によって影響を受けています。

検査の値は、正常値の範囲との比較と併せて、昨年、一昨年、もしくは若いころと比較してみることで、生活習慣による変化を見出すことができます。

質問の女性は、良く運動している方で、善玉コレステロール（HDL）が高値であることを確認し、自分の健康づくりについての手ごたえを感じることができました。

2 かかりつけ医がいると安心
かかりつけ医がいると安心するのは：

- ・必要なとき適切な病院を紹介してくれる
- ・どんな症状がでる可能性があるか教えてくれる
- ・緊急時の対処を考えてくれる
- ・家族のことを理解してくれるなどの理由です。

また、一方で受診時には、緊張してしまかなか相談できないと不安なままの方も多いようです。受診の際には、確認したい項目をメモしたり、自宅で血圧を測って手帳に記入したり、日ごろの様子を伝えることも診察の参考になります。

このほかに、「おあしす24健康おおいぞ」では、いままでに、「薄味、濃い味、旨い味塩分量」と味の体験「関節を動かそう・健康体操」「夏バテしない食べ物」などのテーマでお話ししました。今後は、「認知症予防」「骨密度を上げよう」「インフルエンザから身を守る」などを取りあげていく予定です。

◎問い合わせ

スポーツ健康課
☎内線 310