

そうじゃ 絆通信！

平成30年7月14日

No.4

8時00分現在

災害対策本部

0866-92-8570

※網掛けは、前回からの変更箇所

週末は最高気温が35℃を超える予報です。

熱中症には十分注意してください！

(詳しくは **13. 熱中症の予防** をご覧ください)

1. 交通情報

○国道180号線 7月11日(水) 宍粟～高梁市段町(L=17km)開通予定⇒7/11 17:00開通
(うち0.1kmは規制を継続(片側交互通行))

迂回路として岡山総社IC～賀陽IC 無料開放中⇒7/11 20:00終了

○総社賀陽線(総社市榎谷) 7/11 17:30開通

○469号線 浅原峠 7/12開通(片側通行有)

○桃太郎線 全線開通済み

○伯備線 7月11日(水)～岡山・豪渓間 運行(3-4割の運行)

○高校生・専門学校生専用 臨時バスの運行(土日祝を除く)

対象者: JR伯備線を利用している高校生、専門学校生

運行期間: 7/13からJR伯備線総社～高梁間が運行するまで

<高梁発 ⇒ 総社着>

高梁駅東口	広瀬 (停)	昭和小学校 (停)	日羽 (停)	豪渓駅口 (停)	総社駅
6:00	6:12	6:22	6:28	6:35	6:55
6:30	6:42	6:52	6:58	7:05	7:25
16:25	16:37	16:47	16:53	17:00	17:20
17:45	17:57	18:07	18:13	18:20	18:40

<総社発 ⇒ 高梁着>

総社駅	豪渓駅口 (停)	日羽 (停)	昭和小学校 (停)	広瀬 (停)	高梁駅東口
7:15	7:35	7:42	7:48	7:58	8:10
8:00	8:20	8:27	8:33	8:43	8:55
18:35	18:55	19:02	19:08	19:18	19:30
19:40	20:00	20:07	20:13	20:23	20:35

※道路の混雑状況により、バスが遅れる可能性がありますのでご了承ください。

※乗車運賃は無料です。

2. 災害証明

○対象

- ・床上浸水した建物
- ・大きく破損した建物（ガラスの破損なども含みます）

※その他の破損（床下浸水含む）については、後日受け付けます。被害状況の写真を撮影しておいてください。

○申請に必要なもの

- ・申請書（受付にも設置しています）
- ・被災したことがわかる写真（現像せずスマートフォンやデジタルカメラをお持ちいただいても結構です。申請後もデータは消去せず保存しておいてください。）
- ・身分証明書

○受付場所・日程

設置時期	場所	時間	電話
常設（土日祝も開設）	総社市役所（1階ロビー）	9:00～17:00	0866-92-8570
〃	総社市役所 山手出張所	〃	0866-92-1241
〃	総社市役所 清音出張所	〃	0866-94-0111
〃	総社市役所 西出張所	〃	0866-96-0420
〃	総社市役所 北出張所	〃	0866-95-8706
〃	災害対策本部 下原出張所	8:00～20:00	080-2300-3770
〃	災害対策本部 昭和出張所	〃	080-5060-9805

※災害対策本部出張所については、閉鎖されるまでの間の開設

3. ごみの収集

○ごみの一時仮置き場

- ・西公民館多目的広場
- ・下倉橋を美袋方面から山田方面へ渡ったところの広場
- ・旧清音公民館南側駐車場

○分別の仕方

- ・燃やせるもの ・可燃性粗大 ・がれき
- ・燃やせないもの ・不燃性粗大

※燃やせるものと燃やせないものは、ビニール袋に入れてください。透明・半透明であれば、市の指定ごみ袋である必要はありません。

※吉備路クリーンセンターに直接搬入していただいても、無料で受け入れをします。

※災害によらない家庭ごみは、通常通り回収します。これまでどおり、市の指定袋に入れて、集積所に出してください。し尿の汲み取りも、通常通り行います。

4. 入浴施設の提供

国民宿舎サンロード吉備路・サントピア岡山総社共通入浴券

共通入浴券 1 枚につき 1 人入浴できます。

有効期限まで日帰り入浴できます。共通入浴券は避難所で配布します。

○国民宿舎サンロード吉備路 11 時～21 時 ☎90-0550

○サントピア岡山総社 10 時～22 時（最終受付 21：00 まで） ☎95-0811

○OSK スポーツクラブ総社 7 月 12 日（木）～

月・水・木・金・土 10：00～22：00 日・祝 10：00～18：00

【対象地区】井尻野、常盤、池田、秦、神在、久代、山田、新本、美袋、水内、日羽、下倉、
富山、清音（※地区を証明するものが必要）

○泉リハビリセンター ☎95-0811

月曜日～金曜日 14：30～18：30（男性 14：30～16：30、女性 16：30～18：30）

ご家族ではいれる家族風呂もございます。13：00～16：30（1 家族 1 時間まで）

※タオル、リンスインシャンプー、ボディーソープ、ドライヤーなどは備え付けておりますのでご利用ください。

○デイサービスセンター アルフィック総社 ☎90-1033

7 月 9 日（月）～13 日（金）16：00～19：00

※詳細については、施設へお問い合わせください。タオルはご持参ください。

○岡山国際ゴルフクラブ ☎99-9311

7 月 11 日（水） 12：00～17：00

7 月 12 日（木）以降 10：00～17：00

※詳細については、施設へお問い合わせください。タオルはご持参ください。

○セレーノ総社 ☎96-0700

総社市久代 5127

7 月 12 日（木）～7 月 14 日（土）10：00～22：00

7 月 16 日（月）～ 17：00～21：00

※ただし、月・水・金→女性 火・木・土→男性

○有料老人ホーム JUNO（総社市美袋 6 1 9） ☎99-0707

7 月 12 日（木）～ 24 時間入浴可

○JUNO デイサービスセンター国分寺（総社市宿 1 5 9 - 1） ☎95-2802

7 月 12 日（木）～ 16：30～20：00

○デイサービス夢ゆり草（総社市中央 1 丁目 3 - 1 5） ☎95-2328

平日 19:00～21:00 土日 10:00～18:00

※事前の予約が必要です（予約時間 10：00～16：30）

※1 組 1 時間 タオルは持参してください。

○ゆるびの舎（早島町）

月曜日を除く火曜日から土曜日 12:00～20:00（最終受付 19:30）

日・祝 12:00～17:00（最終受付 16:30）

※受付窓口で、住所と氏名を記入。

※月曜日が祝日の場合は、翌火曜日が休み。毎月最終木曜日は休み。

5. 支援物資の受け渡し

物資が必要な人は、皆様方からいただいた支援物資をお配りしています。

受け渡し場所：総社市役所南側車庫（物資は、あるもの、必要なものとなります）

受け渡し時間：7:00～22:00

6. ボランティア派遣の要望

総社市災害ボランティアセンターへご連絡ください。

☎ 080-2889-5342 / 080-2889-5542

※ボランティアの人数等の状況によりご希望に沿えない場合があります。

7. 床上浸水・床下浸水の被害を受けられた方へ

☆消毒用の消石灰の配布を始めました！

配布場所：市役所本庁舎正面玄関、昭和中学校、下原公会堂

配布時間：9:00～17:00（下原公会堂については8:00～20:00）

※倉敷市真備町の方について

総社市でも、被災されている人に行き渡っていないため、倉敷市で配布がはじまっていますのでそちらで受け取っていただきますようお願いいたします。

☆消毒液（原液）の配布を始めました！

配布場所：市役所本庁舎正面玄関、昭和中学校、下原公会堂

配布時間：9:00～17:00（下原公会堂については8:00～20:00）

<使い方>

1. 水に浸かった家具類をすべて持ち出してください。
2. 次に、床と家具をそれぞれ水で洗い、拭き取ってください。
3. 床と家具を十分に乾かしてください。
4. 消毒液を100倍に薄めて、噴霧器で床と家具それぞれに吹き付けてください。

または、消毒液を浸した布などで、床と家具をふいてください。

※消毒液を使う際は、ゴム手袋を使い、目や皮膚にかからないようにしてください。

※誤飲などの恐れがあるため、消毒液は使い切ってください。

※消毒液の入っていた容器は、使用后、十分に水で洗い流してください。

8. 災害時無料Wi-Fi（注意喚起）

災害時無料Wi-Fi・00000JAPANを悪用した攻撃にご注意ください。00000JAPANは、緊急時の利便性確保を優先し、通信が暗号化されていません。攻撃者によって、通信の途中で盗聴、偽のアクセスポイントをつかった情報の奪取などの危険性があります。

00000JAPANは、緊急時のやむを得ない安否確認や情報収集のみに利用し、ID・パスワード・個人情報を入力・お金が関係するサービスの利用は極力避けてください。

9. 被災者のお子さまのお預かり

○被災された方のお子さま（0歳から小学生）を、無料でお預かりします。

- ・ 期間：7月13日（金）、7月17日（火）～7月20日（金）
- ・ 時間/定員：9：00～12：00 3名
13：00～16：00 3名 各日、午前午後ともに先着順
- ・ 場所：総社ふれあいセンター（総社市中央6丁目6-102）
- ・ 備考：り災証明（コピー可）を提出してください。保護者等の送迎が必要です。
詳しくは→総社市ファミリーサポートセンターあいあい（☎0866-94-5665）

○自閉症等で避難所での生活が難しい子がいれば、倉敷児童相談所へご相談ください。

→倉敷児童相談所（☎080-4269-1900）

10. 総社市対策本部 昭和出張所、総社市対策本部 下原出張所の開設

7月13日（金）から、被害の大きかった昭和地区・下原地区の早期復興のため、専属の職員を配置した出張所を開設します。り災証明の受付や現場の現状把握など、実際に地域に常駐することでより多くの情報を収集し、被災された方の住環境整備をさらに加速させてまいります。

昭和出張所：昭和公民館（総社市美袋1915-1）

電話：080-2302-5156、080-5060-9805

下原出張所：下原公会堂（総社市下原867-4）

電話：080-2300-3770、080-5061-9516

開設時間：両出張所とも8:00～20:00

11. 豪雨災害に伴う連絡先の変更

今回の災害により、以下の連絡先が変更されています。

- ・ 雪舟くん・倉敷中央病院往復便の予約 090-3374-8041
- ・ 北部地域包括支援センター 0866-99-1595

12. 仮の住まい

総社市民で今回の災害のため家屋が全壊、半壊などにより自宅に住めなくなった世帯に対して、旧雇用促進住宅など民間賃貸住宅を活用し、家電製品を設置した仮設住宅を提供する準備を順次進めています。また、民間住宅を借り上げた方に対しても家賃（月50,000円上限予定）等の補助制度を策定いたします。手続き方法などは今後、ご案内いたします。

13. 熱中症の予防

○こまめに水分を補給してください：室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう。

○暑さを避けてください：できるだけ風通しのよい日陰など、涼しい場所で過ごしましょう。

○熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ：風通しのよい日陰など、涼しい場所へ

からだを冷やす：衣服をゆるめ、からだを冷やす（首回り、脇の下、足の付け根など）

水分補給：水分・塩分、経口補水液などを補給する

○自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を：「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に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を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

→詳しくは次ページ「熱中症予防のために」をご覧ください。

14. エコノミークラス症候群の予防

○エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり（血栓）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

○予防のために心がけるとよいこと

- ・ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- ・十分にこまめに水分を取る
- ・アルコールを控える。できれば禁煙する。
- ・ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない。
- ・かかとの上げ下ろし運動をしたり、ふくらはぎを軽くもんだりする。
- ・眠るときは足をあげる。

15. 食中毒の予防

高温多湿となっているため、食べ物が腐りやすく、食中毒が起きやすくなります。

抵抗力が弱い方は重症化することもありますので、しっかり防ぐことが大切です。

- ・調理や配付、食事の前には、よく手を洗いましょう。水が十分に確保できない場合には、ウェットティッシュ等を活用しましょう。
- ・調理を行う際、食材を火や熱湯で十分に加熱しましょう。野菜などを生で食べる場合には、よく洗いましょう。
- ・下痢、発熱、手指に傷がある方は、食品の調理や配付を行わないようにしましょう。
- ・調理を行う台所や食器などを、可能な限り清潔に保つようにしましょう。
- ・避難所などでは、出された食事は保管せずできるだけ早く食べるようにしましょう。

16. ペットの一部預かり

被災された方がご自宅の再建に安心して取り組めるよう、大事なペットをしばらくの間お

預かりします（無期限ではありません）。必ず飼い主様ご本人がお申し込みください。

- ・ 預かり場所：総社市金井戸
- ・ 注意事項：人手、資金等に限りがありますのでお断りする場合があります。
また、飼い主のわからないペットはお受けできません。
- ・ 問い合わせ：アニマルウィズオールウェイズ

詳しくはQRコードからご確認ください。→



17. 保険証や現金がない場合の医療機関の受診

被災された方で一定の要件に該当すれば、申告をすることで医療保険の窓口負担や介護保険料の利用料について支払いが不要となります。詳しくは別添のリーフレットを参照ください。

18. 電気料金に関する特別措置について

大雨の影響により、家屋損壊および床上浸水などの被害に遭われた方が申し出をした場合、「電気料金の支払期日の延長」や「不使用月の電気料金の免除」などの特別措置を受けることができます。

「電気料金の支払期日の延長」：被災された方の平成30年6月分（支払期日が7月5日以降となるものに限る。）、7月分および8月分の電気料金の支払期日（検針日から31日目の日）を各々1カ月間延長します。

「不使用月の電気料金の免除」：被災以降、全く電気を使用しない場合、被災日が属する料金計算月の次の料金計算月から6カ月間に限り、電気料金は請求されません。

（問い合わせ）倉敷セールスセンター／倉敷市中庄2293番地の2
フリーダイヤル 0120-412-717

熱中症予防のために

暑さを避ける

室内では・・・

- ▶ 扇風機やエアコンで温度を調節
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 室温をこまめに確認
- ▶ WBGT値※も参考に

外出時には・・・

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▶ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

※WBGT値：気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される暑さの指数
運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。
環境省のホームページ（熱中症予防情報サイト）に、観測値と予想値が掲載されています。

こまめに水分を補給する

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液※などを補給する

※ 水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に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を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。



熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
 - 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 重症になると、
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」をご覧ください。

厚生労働省 熱中症

検索

熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる

からだを冷やす

衣服をゆるめ、からだを冷やす

(特に、首の回り、脇の下、足の付け根など)

水分補給

水分・塩分、経口補水液※などを補給する

※ 水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！

<ご注意>

暑さの感じ方は、人によって異なります

その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

高齢者や子ども、障害者・障害児は、特に注意が必要です

- ・熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。
- ・子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給しましょう。暑さを感じなくても室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。

節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください

気温や湿度の高い日には、無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使いましょう。

熱中症についての情報はこちら

▷ 厚生労働省

熱中症関連情報 [施策紹介、熱中症予防リーフレット、熱中症診療ガイドラインなど]

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/

「健康のため水を飲もう」推進運動

<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/suido/nomou/>

STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン [職場における熱中症予防対策]

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>

▷ 環境省

熱中症予防情報 [暑さ指数 (WBGT) 予報、熱中症環境保健マニュアル、熱中症予防リーフレットなど]

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

▷ 気象庁

熱中症から身を守るために [気温の予測情報、天気予報など]

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>

異常天候早期警戒情報

<http://www.jma.go.jp/jp/soukei/>

▷ 消防庁

熱中症情報 [熱中症による救急搬送の状況など]

http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9_2.html

平成30年7月豪雨の被災者の皆様へ

保険証や現金がなくても



医療機関等を受診できます

- **災害救助法の適用市町村の住民の方で**、適用市町村の国民健康保険・介護保険、適用市町村が所在する府県の後期高齢者医療、協会けんぽ（以下の「対象保険者」に記載の保険者）に加入している場合、次の①～⑤のいずれかに該当する方は、医療機関、介護サービス事業所等の窓口でその旨を**ご申告**いただくことで、**医療保険の窓口負担**や**介護保険の利用料**について**支払いが不要**となります。

（平成30年10月末まで）

- ① 住家の全半壊、全半焼、床上浸水又はこれに準ずる被災をされた方
※ 罹災証明書の提示は必要ありませんので、窓口で口頭で申告してください。
- ② 主たる生計維持者が死亡し又は重篤な傷病を負われた方
- ③ 主たる生計維持者の行方が不明である方
- ④ 主たる生計維持者が業務を廃止、又は休止された方
- ⑤ 主たる生計維持者が失職し、現在収入がない方

対象保険者

[岡山県]

岡山市 倉敷市 玉野市 笠岡市 井原市 総社市 高梁市 新見市 瀬戸内市 赤磐市 真庭市
浅口市 都窪郡早島町 浅口郡里庄町 苫田郡鏡野町 英田郡西粟倉村 加賀郡吉備中央町
小田郡矢掛町 岡山県後期高齢者医療広域連合 全国健康保険協会

（上記以外に、一部の健保組合・国保組合についても免除される場合があります。詳細は各組合にお問い合わせください。）

- ※ この免除を受けるには、上記の①～⑤のいずれかに該当する必要があることから、医療機関等の窓口でご申告いただいた内容について、後日、ご加入の保険者から、確認が行われることがあります。
- ※ 上記の医療保険・介護保険の加入者であれば、府県外の医療機関等を受診、介護サービスを利用された場合にも支払いを求められることはありません。
- ※ なお、入院・入所時の食費・居住費などはお支払いいただく必要があります。
- ※ **上記以外**の保険者については、医療保険の窓口負担や介護保険の利用料を支払っていただく必要がありますが、一定期間は支払いが猶予される可能性があります。詳細は各保険者にお問い合わせください。

- なお、被災者の皆様は、**保険証なしでも**医療機関等を受診、介護サービスを利用できます。

- **この窓口負担の取扱いについて、ご不明な点があれば、ご加入の各保険者にお問い合わせ下さい。**