



災害への備え大丈夫ですか？

地震は突然起こりますが、大雨や台風は事前
に予測ができます。慌てなくてよいように日頃
から準備しておきましょう。

●食品の備蓄は、普段から少し多めに食材や
加工品を買っておき、使った分だけ買い足し
ていく(ローリングストック)が経済的です。

●非常持ち出し袋は準備していますか？
手の届くところに置いておきましょう。

●薬が必要な人は忘れないように！

●家具の転倒防止(固定)など
安全対策をしていますか？



●停電に備えて、オール電化の場合は卓上コ
ンロや予備のボンベ等を準備 等

健康維持のため、参加してみませんか？

骨コツぶらす教室

咀嚼力チェック・試食あります



骨折により要介護認定を受ける人が多いため、
骨折予防に取り組むことで健康寿命延伸を
目指しましょう。

1回目 運動

- ① 骨密度測定
 - ② 強い骨を育てる運動
- (持ち物)動きやすい服装、
室内用靴、飲料、タオル

2回目 栄養・歯科

- ① 噛む力をつける
 - ② 強い骨を育てる食事
- (持ち物)飲料

※対象は市内在住の方です。 問合せ・申込・手話
通訳・要約筆記の申請は市役所専任までお願いし
ます。(5月号市報より:開催日時・場所は別紙)

ゴールデンウィーク時の対応

■市役所はカレンダー通りのお休みです。

■大分県聴覚障害者協会のお休み

5月3日(日)～6日(水)

■県聴障協も市役所もお休みの場合は、直接
通訳者へ依頼し、後日依頼書を市役所へ。

■消防署や警察署には手話通訳者を登録してい
ます。必要な時は手話通訳を依頼してください。



健康診断を受けましょう！

4月号の市報に令和8年度の健診日程表が入
っています。病気の早期発見のためにも、日程を確認
して、1年に1回健康診断を受けましょう。住んでい
る校区でなくても受けられます。申込希望の方は
FAXかメールで専任手話通訳までお願いします。

5月の防災研修会<訓練>(予定)

◆南部金谷地区防災会(5月20日)

〈場所…金谷貫船神社境内〉

◆米山地区防災会(5月17日)〈場所…米山公園〉

※自分の地域の訓練があれば参加してください。

詳細は地域のお知らせ(回覧等)、または専任まで



《5月の専任手話通訳者の不在(予定)》

【10～12時不在】13日・20日・27日(水)

【午前中不在】14日・21日・28日(木)手話講習

会のため》【1日不在】11日(月)

※急な不在もあります。不在の場合は職員が対応し

ますので声をかけてください。

よろしく願います。



土・日曜日の通訳依頼は ↓↓

大分県聴覚障害者協会

(FAX)097-556-0556

(メール)info@toyonokuni.jp

発行：中津市福祉支援課障害福祉係

専任手話通訳者大下

《専任手話通訳者携帯アドレス》

nakatsu-shuWahaken@q.vodafone.ne.jp

(090-9400-8795)

《市役所障害福祉係FAX》25-2335》

お問い合わせください。通訳
の派遣もできますので申請
してください。