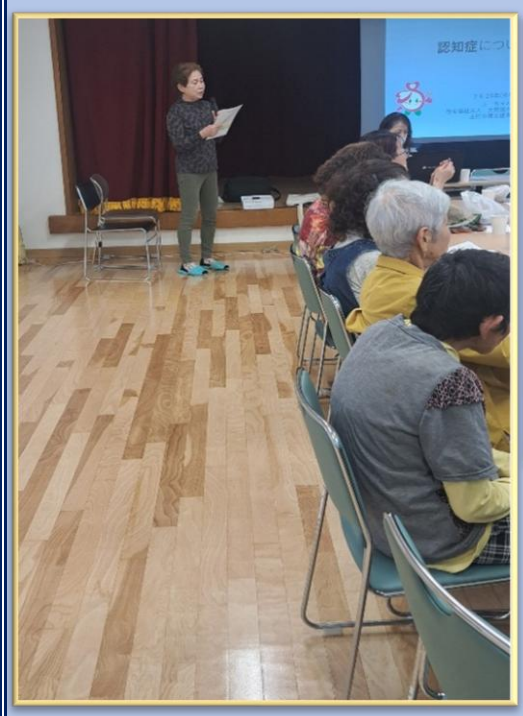
回覧

# 中コミュニティ

令和８年度　　第３号
中区長　上原　健二
６月３日発行

## 春のクリーンシティおおのじょう
2026・5・10

区民の皆さまのご協力のもと無事に実施出来ました。
公園や道路周辺の清掃・除草作業を行い、地域がより綺麗になりました。
ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



## 中区 見守り隊交流会
2026・5・9

日頃から中区の見守り活動にご協力いただいている
皆さまと情報共有や勉強会が開催されました。
社会福祉協議会の出前講座で「認知症について」をテーマに、
講師の方の体験談を交えながらお話いただきました。
認知症への理解を深め、地域で見守り支え合うことの大切さを
改めて感じる機会となりました。

～中公民館で開催されているサークル・教室を紹介～
今回は【草月流生け花教室】です。

草月流生け花教室では、花と向き合う時間を
大切にしながら和やかな雰囲気のなか皆さんと
楽しんでいます。初心者の方も大歓迎です。
季節の花々に触れながら生け花の魅力を
楽しんでみませんか。

火曜日《月1回》
水曜日《月3回》
10:00～12:00
お問い合わせ先
☎503-5222
講師 小野　静草

回覧

# 中コミュニティ

令和8年度　第４号
中区長　上原　健二
６月３日発行

## 第1回 男性料理教室
2026・5・16

【男性料理教室を開催しました】

「料理は初めて～いつも奥様の手料理食べてます～」「レパートリーを増やしたい～」
「少しでも料理を覚えて奥様を助けたい～」と素敵なお言葉も♪
参加者の皆さまで交流しながら美味しい生姜焼きを作ることが出来ました。
今回は食改善の推進員5名にアドバイスいただきありがとうございました。
第2回目の開催もお楽しみに♪〔回覧板やホームページ等でご案内します。〕

６月に入り梅雨の季節となりました。これからの時期は大雨や浸水などの災害に注意が必要です。
いざという時に慌てないよう、ご家庭でも防災用品や避難場所の確認をしておきましょう。

～気象庁より～
このたび気象の警報などが大きく変わります。
情報名称などが大きく変わり、避難の判断がよりしやすくなります。

| | 河川氾濫<br>洪水予報河川が対象<br>千曲川・犀川(※1)・裾花川（※2） | 大雨<br>水位周知河川(浅川・蛭川など)・中小河川（岡田川・土尻川など)・低地の浸水などが対象 | 土砂災害<br>急傾斜地のがけ崩れや土石流 | 高潮<br>海水面の上昇や波の打上げによる浸水 | （警戒レベルごとの）住民がとるべき行動 |
|---|---|---|---|---|---|
| 警戒レベル5相当 | レベル5 氾濫特別警報 | レベル5 大雨特別警報 | レベル5 土砂災害特別警報 | レベル5 高潮特別警報 | 命の危険　直ちに安全確保！ |
| ＜警戒レベル４までに危険な場所から 必ず避難！＞ | | | | | |
| 警戒レベル4相当 | レベル4 氾濫危険警報 | レベル4 大雨危険警報 | レベル4 土砂災害危険警報 | レベル4 高潮危険警報 | 危険な場所から全員避難 |
| 警戒レベル3相当 | レベル3 氾濫警報 | レベル3 大雨警報 | レベル3 土砂災害警報 | レベル3 高潮警報 | 避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など |
| 警戒レベル2 | レベル2 氾濫注意報 | レベル2 大雨注意報 | レベル2 土砂災害注意報 | レベル2 高潮注意報 | 避難行動を確認（避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど） |
| 警戒レベル1 | 早期注意情報 | | | | 災害への心構えを高める |

新しい防災気象情報一覧表

いつ逃げる？
レベルで判断！
避難の判断がよりしやすく

- 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます
- 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わりました（特別警報の新設など）
- 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます