

## 函館いきいきライフ

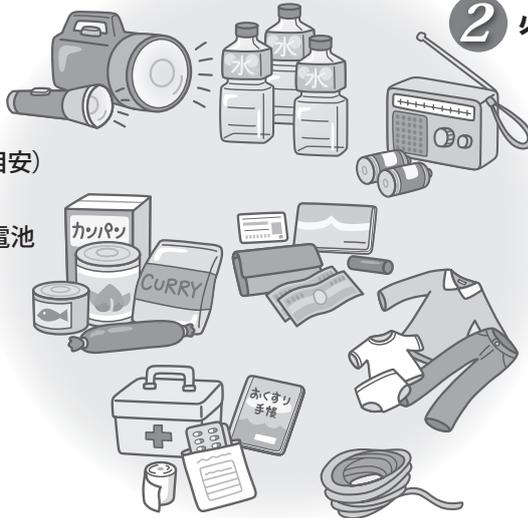
もしもの時に備えて、ゆとりある暮らしを。

地震や風水害などの災害により、電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や非常食を備蓄しておきましょう。また、自宅が被災したときにいつでもすぐに持ち出せる非常持ち出し品を準備し、定期的にチェックしておきましょう。

# 非常持ち出し品・チェックリスト

## 1 必需品

- 懐中電灯
- 飲料水3日分  
(1日1人3リットル目安)
- 非常食3日分
- 携帯ラジオ・予備電池
- タオル・毛布
- 衣類・下着類
- 救急セット  
普段服用の薬、  
おくすり手帳
- 貴重品
- ロープ



## 2 必要に応じて準備

- ビニール袋・ティッシュ
- ろうそく・マッチ・ライター
- 粉ミルク・ほ乳瓶・紙おむつ
- 使い捨て食器
- せっけん
- ドライシャンプー
- 軍手、くつ
- ヘルメット
- 携帯用ナイフ
- 入れ歯



## スマートフォン専用アプリ「災害時ナビ」

市では、三井住友海上火災保険株式会社およびファーストメディア株式会社と「避難所等情報提供に関する協定」を締結し、市民や観光客に市内の最新の避難所等の情報を提供しています。

衛星利用測位システム（GPS）を使い周辺の避難所を地図上に表示したり、カメラ機能（AR機能）を使い避難所までのルート検索等が利用できます。

※利用は無料ですが通信料は利用者負担となります。

アプリ▶



7月号は6月30日(木)までに配布します

## 人口と世帯

### 世帯数

143,817世帯 (607増)

### 人口

総数 266,970人 (197増)

男性 121,584人 (239増)

女性 145,386人 (42減)

平成28年4月末現在

( )内は前月比

## 女性センターに相談してみませんか

### 「家庭生活に関する電話相談」

日時：月・水・金曜日  
10：00～15：00  
※面談可能  
火・木曜日  
18：30～20：30  
※電話のみ

### 「DVと虐待相談」

「働く女性の悩み相談」  
日時：火・木曜日  
10：00～15：00  
水・金曜日  
18：30～20：30  
※面談は予約制です。

### お申込み・問合せ

女性センター  
(東川町11-12)

☎23-4188



町会・自治会に  
加入しましょう

町会は あなたの暮らしの相談役 いつでも安心届けます

## 医療、福祉、介護で皆様のパートナーを目指します。

〈広告〉



### 医療法人社団 向仁会

函館市栢梗1丁目14番1号 TEL.0138-46-0310

高齢者介護・医療・生活支援型総合施設 寛ぎの翔輝 はこだて

住宅型有料老人ホーム 泰 (ゆたか)

サービス付き高齢者向け住宅 元輝 (げんき)

デイサービス 寛ぎの翔輝 (くつろぎのとき)

居宅介護支援事業所 函館在宅ケア

よろこび定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所

住慶クリニック

[介護付有料老人ホーム施設概要] ●類型/介護付有料老人ホーム●居住の権利形態/終身建物賃貸方式●利用料の支払方法/月払い方式●入居の要件/要支援1~2・要介護1~5●介護保険/北海道指定介護保険特定施設●居室区分/全室個室●介護にかかわる職員体制/3:1以上

高齢者介護・医療・生活支援型総合施設 寛ぎの翔輝 喜郷

ユニット型介護療養型老人保健施設 喜郷

指定(介護予防)訪問リハビリステーション 絆 (きずな)

函館ファミリークリニック

高齢者介護あんしん相談窓口

函館市地域包括支援センターよろこび

サービス付き高齢者向け住宅 福寿庵 函館市万代町1番7号 TEL.(0138)83-1355

(介護予防)認知症対応型 ■よろこびの家 ■よろこびの家 菜園  
共同生活介護グループホーム ■よろこびの家 日吉 ■よろこびの家 住慶

### 株式会社 サポートライフ 函館本社

函館市栢梗1丁目14番1号 TEL.0138-46-0255

特定施設入居者生活介護施設 泰安の郷 和華竹 小樽市若竹26番1号 TEL.(0134)31-8620

介護付有料老人ホーム 泰安の郷 舟 海 函館市船見町5番1号 TEL.(0138)24-0088

特定施設入居者生活介護施設 泰安の郷 海 願 函館市海岸町9番30号 TEL.(0138)62-5577

グループホーム 認知症対応型共同生活介護 いこい 函館市谷地頭町31番12号 TEL.(0138)83-2855

サービス付き高齢者向け住宅 なごみ 函館市神山町246番1号 TEL.(0138)55-0220

サービス付き高齢者向け住宅