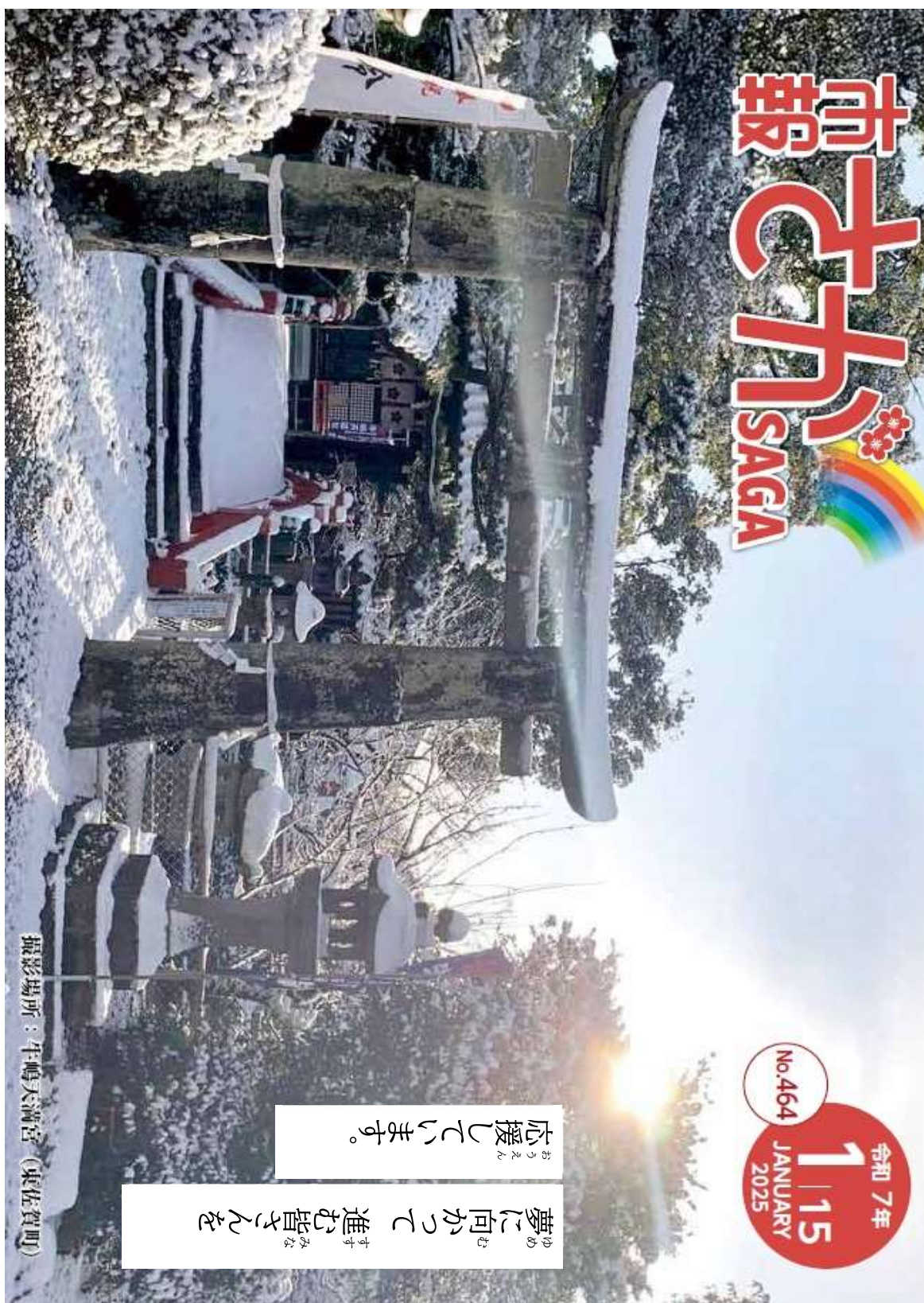




やさしい日本語 にほんご 市報さが しほう
 佐賀市からの さがし お知らせ し

佐賀市の 皆さん、地震への 備えを しましょう！！

2024年1月1日の 能登半島地震から 1年が 過ぎました。

1995年1月の 阪神淡路大震災からは 30年が 過ぎました。

地震では 家が 壊れ 多くの人が 死にました。

災害(=地震や 台風)のときに 困らないように 備えましょう。



◎災害への 備えが 出来て いますか。

【家族で 備える 大切なこと】

① 危険なところや 逃げるところは 知っていますか



・家や 学校、会社が あるところを ハザードマップ※で 見ます。

海の 津波に 備えます。 (※地震や 台風が 起きた時に、見る地図)

地震が きたら 海や 川の 近くに いる人は すぐに

山や 建物の上へ 逃げます。

さがしはざーどまっぷ
佐賀市ハザードマップ

② 生活に いるものを 備えて いますか



・大きな災害の 後は 食べ物や 生活に いる物が 直ぐには
届きません。 家族の 人数に 合わせて 備えます。

③ 市役所や 支所からの お知らせは 届いて いますか



・避難するところ、食べ物や 飲みものを 配るところを 知らせます。

地震や 台風が きたら すぐに わかるように します。

④ 地震に 備えた家に しましょう



・地震が 起きると 建物が こわれ、家具が 倒れます。

地震に 備えた 建物にします。 家具は ねじで 止めます。 →

・地震が 起きると 電気が 止まります。

電気が 点いた 後は 火事になることも あります。

※暖房器具には、火事を 防ぐために、揺れを 感じると
止まるものも あります。



◎問い合わせ

危機管理防災課 地域防災係

☎0952-40-7034

は た ち こくみんねんきん 20 歳に なったら 国民年金

◎日本に 住んでいる 20 歳から 59 歳の方は、国民年金に 入ります。

(会社で 年金を集める 厚生年金の 人は 除きます。)

20 歳になると 日本年金機構から「国民年金加入の お知らせ」が 家に 届きます。

お知らせを よく 見て ください。

※20 歳のときの 手続きは 要りません。

こくみんねんきん よ 【国民年金の 良いこと】

○65歳から 後の 生活する お金を もらいます。・・・ ろうれいきそねんきん
老齢基礎年金

○けがや びょうき しょう のこ し じぶん かぞく
生活する お金を もらいます。・・・ しょうがいきそねんきん いぞくきそねんきん
障害基礎年金 ・ 遺族基礎年金

○年金に 払ったお金で 税金を 減らすことが できます。

※保険料が 払えないとき・・・ ○保険料の 免除(=払わなくて よい)や 後で 払うこと
が できます。

がくせいのうふとくれいせいど ほけんりょうめんじょ のうふゆうよせいど
「学生納付特例制度」 「保険料免除・納付猶予制度」

でんししんせい
電子申請



と あ ◎問い合わせ

にほんねんきんきこう さがねんきんじむしょ
・日本年金機構 佐賀年金事務所

☎0952・31・4191
FAX 0952・31・0949

さがしやくしょ ほけんねんきんか
・佐賀市役所 保険年金課
FAX0952・40・7390

☎0952・40・7275
✉hoken@city.saga.lg.jp

みみ き ひと しゅわ なら
耳が 聞こえない人の ことば「手話」を 習いませんか



■いつ

がついつか すい にち すい にち すい
2月5日(水)、12日(水)、19日(水)

ごごじ ごごじ ぶん
(午後2時から 午後3時30分まで)

■ところ

かんこうこうみんかん ちゅうかい いぎしつ せいしやうまち
勧興公民館 中会議室 (成章町1-8)

■人数

にん
10人

■申し込み

はじ さんか ひと はじ しゅわほうしん はなし き ひと さき うけつけ
※初めて 参加する人や 初めて 手話奉仕員の 話を 聞く人を 先に 受付ます。
な じゅうしや でんわばんごう でんわ つた
①名まえ、②住所、③電話番号を 電話で 伝えて ください。
がつ にち すい
(1月29日(水)まで)

◎申し込み・問い合わせ

しょう ふくしか
障がい福祉課

☎0952・40・7251 FAX0952・40・7379

✉shogaifukushi@city.saga.lg.jp

の ろ う い る す しよくちゅうどく き つ
ノロウイルスによる 食中毒※に 気を 付けてください！

(※ばい菌がついた 食べ物で 病気に なること)

ふゆ の ろ う い る す しよくちゅうどく おお
○冬になると ノロウイルスによる 食中毒が 多いです。

てゆび た もの くち かんせん ひと ちょう ふ
・手指や 食べ物によって 口から感染し、人の 腸で 増えます。

おうと は げり なか いた
嘔吐(=吐くこと)、下痢、お腹が 痛くなります。

ころなうい る す ちが ある こ ー る しやうどく き
・コロナウイルスと違い、アルコール消 毒 では あまり 効きません。

■ノロウイルスに うつらないために



て あら
○手を洗う …

りょうり まえ はん た まえ と い れ あと せつ つか
・料理する前、ご飯を 食べる前 や トイレの後は、石けんを 使います。

みず なが て あら
水を 流しながら、しっかり 手を 洗います。

た お る ほか ひと いっしょ つか
・タオルは 他の人と 一緒に 使いません。

かねつ
○加熱 …

た もの かいりい せいせんしよくひん ま なか ぶぶん
・食べ物や、貝類(生鮮食品)は、真ん中の 部分を 85℃から 90℃の
おんど びやう おお や に
温度に します。90 秒より 多く 焼く、または 煮ます。

しやうどく
○消 毒 …

りょうり つか どうぐ せんざい あら ひようはくざい つか
・料理で 使う 道具は、洗剤で 洗い、漂白剤を 使い きれいにします。

た
○その他 …

は もの へ や くうき い か
・吐いた物は、部屋の 空気を 入れ替えます。

つか す てぶくろ ますく つ ひようはくざい しやうどく
使い捨ての 手袋・マスクを 付けてふき 漂白剤で 消毒します。

もの び に ー る ぶくろ い ふくろ くち す
ふいた物は ビニール袋に 入れ、袋の口を しめて 捨てます。

かんせん おも げり おうと た もの さ いしゃ き
※感染したと 思ったとき(下痢、嘔吐)は 食べ物に 触わないで お医者さんに 聞きます。

◎問い合わせ

けんこう か
健康づくり課

☎0952・40・7283

FAX0952・40・7380

✉kenko@city.saga.lg.jp

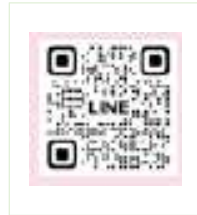
ほけんの ページ 健康カレンダー 2025年 2月

◎申し込み・問い合わせ (FAX 0952・40・7380 ✉kenko@city.saga.lg.jp)
健康づくり課 (市役所 本庁1階 64番から69番)

午前8時30分から 午後5時まで (土、日、祝日は 休み)

◎赤ちゃん・妊娠している人・予防接種について… 母子保健係 ☎0952・40・7282
・健康相談・セミナー予約は LINE、ホームページからも できます。

佐賀市公式LINE ▶



市ホームページ ▶



■健康相談 0歳から 小学校に はいる前の 子どもの 健康チェックや 教室など。

いつ	ところ	うけつけじかん 受付時間
2月10日(月)	川副保健センター	午前10時から 午前11時まで
2月27日(木)	ほほえみ館	午後1時から 午後3時まで

■1歳6カ月・3歳6カ月の 子どもの 健康チェックは 手紙で 知らせます。
※日にち、時間を見て 来てください。 <詳しくはこちら>



■子どもの セミナー(=お話) 2月17日 (月)

〈ところ〉	赤ちゃんが 4カ月から 5カ月	1歳頃から 1歳5カ月の 子ども
ほほえみ館	一人目の 赤ちゃんの おかあさんへ 生活リズム・離乳食の 話 があります。	歯の健診と フツ化物を 塗ります。 (歯が 5本くらい はえた頃)
うけつけ 受付	① 午前9時50分から 午前10時まで ② 午前11時から 午前11時10分まで	① 午後12時50分 から 午後1時まで ② 午後1時40分 から 午後1時50分まで

■大人の 健康チェック 保健予防一係 ☎0952・40・7281 (予約は 受けません。)

■休みの日に 歯が 痛いとき 佐賀市 休日歯科診療所 (水ヶ江1-12-11)
☎0952・24・1426



■日曜と 祝日に 開いている 病院 <詳しくはこちら>
佐賀市ホームページ> 休日・夜間診療> 休日当番医 ☎0952・30・0114

あなたの人権 わたしの人権 「さらなる(=もっと)SDGsの取り組みを！」

SDGsは 私たちが暮らし続けられる ように 2015年9月に 国連サミットで 決められました。

2030年までに「①貧困をなくそう」から「⑩パートナーシップで目標を達成しよう」まで 17のことが あります。「だれ1人 取り残さない」ということで 目標を 目指して います。

気候が 大きく 変わることや 政治で 社会や 人々が 分かれる問題を 失くすことに つながります。

これまでと違う 気候や 5年間続いた コロナにより 社会が 分かれました。

戦争や 国の中での 争いが広がり、悪くなる ばかりです。

戦争から 逃げてきた人、女性や子ども、お年寄り、障がいの ある人たちは 思い込みで 見られることが 多く、差別に 苦しんでいます。

家族や 周りの 人たちが 声をかけて 支え合いながら 生きていくことが 大切です。

「生きるのが つらい」と 言うきもちを 見逃しません。

人が 生き続けて いけるように SDGsに 取り組み ましょう！

(社会人権・同和教育指導員が 書きました。)



◆毎月1日は 「いじめ・いのちを 考える日」です。
◆毎月11日は 「人権を 考える日」です。

◎問い合わせ

人権・同和政策課 ☎0952・40・7367

FAX 0952・40・7327 ✉jinken@city.saga.lg.jp

ばる かいさい
バルWEEK さが 開催！

ばる ばす ぽーと か しゅうかん にちかん いろいろ
○バルパスポートを 買うと 2週間(14日間)で 色々な
た もの みせ はい
食べ物の お店に 入ることが できます。

ばる ばす ぽーと ばる めに ゆー やす
バルパスポートで バルメニューが 安く なります。

くわしくはこちら▶



■いつ

■お金

■買えるところ

がつ にち か がつとう か げつ
2月25日(火)から 3月10日(月)まで

ばる ばす ぽーと えん さつ
バルパスポート 500円(1冊)

さが まど さが えき ばす せん たー ゆま に て
SAGA MADDO、佐賀駅バスセンター、ユマニテさが など

もう こ と あ
◎申し込み・問い合わせ

さが しまち ばる じつこう いんかい じむきょく
佐賀市街なかバル実行委員会事務局
ゆま に て
ユマニテさが ☎0952・22・7340

へんしゅう
編集

さが じょしたん きだいがく りゅうがくせい

佐賀女子短期大学留学生 CHAW KALYAR OO ちょうかれやうーさん (ミャンマー)

さが しやくしょ こくさいか

佐賀市役所 国際課

☎0952・40・7406 ✉kokusai@city.saga.lg.jp