

救急車を呼ぶべきか迷ったときは

昨年の区内の救急件数は15,462件となり、過去最高件数を記録しました。限りある救急車を本当に必要としている人のために、適正な利用をお願いします。

9月9日は
救急の日

ハマくん

救急車を呼ぶべきか迷ったとき、急な病気やけがで受診の相談をしたいときは

横浜市救急相談センター（24時間対応）へ

シャープ
☎ # 7 1 1 9
か ☎ 222-7119

こんな質問に答えます

- | | |
|--|--------------------------------------|
| どこで受診したらいいの？ | 救急車を呼んだ方がいいの？
病院や診療所に自分で行った方がいいの？ |
| 音声ガイダンスの後
電話機の①を押す→医療機関案内へ
☎ 212-3808（聴覚障害者専用） | 音声ガイダンスの後
電話機の②を押す→救急電話相談へ |

横浜市救急受診ガイド

急な病気やけがで、救急車を呼ぶか、病院や診療所に自分で行くか迷った際に、該当する症状を選択し、緊急度や受診の必要性を判断できるインターネット上のサービスです。冊子版は港北消防署で配布しています。



横浜市救急受診ガイド 検索

●問合せ 港北消防署予防課 ☎・fax 546-0119

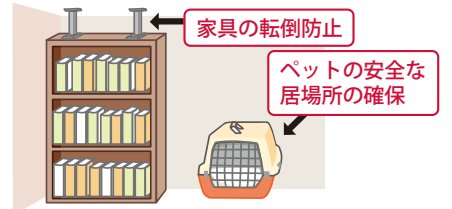
家族を守るために
今できること

災害時に役立つ ペットのしつけとマナー

地震などの災害に備え、家族で防災力向上に取り組みましょう。

1 ペットの在宅避難のための住まいの安全対策

災害時も住み慣れた自宅で生活できるのが望ましいため、家具やケージの転倒防止をしましょう。



2 日頃からのしつけと迷子対策

適切なしつけは、ペットにかかるストレスを軽減することができます。

- 「待て（静止）」と「おいで（呼び戻し）」ができるようにしましょう
- 鑑札や迷子札、マイクロチップなどで所有者を明示しましょう
- トイレは家で済ませましょう
- ルールを守って飼いましょう
- ケージに慣れさせましょう



●人や動物、さまざまな音・物に慣らし、むやみに吠えさせないようにしましょう

3 避難のための事前準備

「人とペットのための避難準備手帳」を区役所環境衛生係（3階39番）で配布しています。

ペットの非常用持ち出し品（例）

- 5日以上分のフード、水、食器、薬
- 予備の首輪やリード
- トイレ用品（ペットシートや猫用トイレ）
- キャリーバッグやケージ
- タオル、新聞紙 など

●問合せ 区役所環境衛生係 ☎ 540-2373 fax 540-2342

1年に1回 特定健診を受けよう

特定健診とは、生活習慣病の予防に着目した健診のことです。日本人の2人に1人が、生活習慣病に起因する病気で亡くなっています。生活習慣病は、バランスの取れた食生活や、適度な運動習慣を身に付けることで予防可能です。特定健診を受けて、自分の健康状態を知りましょう。

加入している健康保険は？

	横浜市国民健康保険	後期高齢者医療制度	職場など（左記以外）の健康保険
国民健康保険の特定健診	横浜市健康診査		
対象	40歳～74歳	後期高齢者医療被保険者（介護保険が適用となる施設に入所中の人は対象外）	詳細は加入している健康保険へ
費用	無料	無料	
予約	受診する医療機関を決めて、直接予約 横浜市特定健診実施機関 検索	受診する医療機関を決めて、直接予約 横浜市健診実施医療機関 検索	



国民健康保険の特定健診は、今年度から自己負担額が**無料**になったよ

●問合せ 横浜市けんしん専用ダイヤル ☎664-2606 fax 664-2828
(8時30分～17時15分(日曜、祝日、年末年始除く))

ラグビーワールドカップ 2019™
横浜国際総合競技場が舞台に
開催期間:2019年 9月20日(金)～11月2日(土)
開幕まで 384日
9月1日現在

ラグビーワールドカップ2019 出場チーム紹介 3

南アフリカ

世界ランキング6位
(2018年7月9日現在)
前回大会結果:3位



試合日程

プールB
2019年9月21日(土)18時45分
ニュージーランドvs南アフリカ
(横浜国際総合競技場)

ラグビーワールドカップで2度優勝したことがある強豪チームです。ユニフォームのウシ科の動物「スプリングボック」のマークから、チームの愛称は「スプリングボックス」です。前回大会では日本代表に歴史的な勝利を許し、海外メディアは史上最大の番狂わせと報じました。



2016年度は12戦のテストマッチで4勝しかできず、今年3月に監督が交代となりました。6月にチーム初となる黒人の主将が誕生するなど立て直しは進んでおり、躍進に期待が掛かっています。



ラグビールールコーナー

スローフォワード

(ボールを前にパスしてしまう反則)

TM © RWCL 2015



●問合せ 区役所企画調整係 ☎ 540-2230 fax 540-2209

編集発行 港北区役所広報相談係 ☎ 540-2222 fax 540-2227

区のデータ 区の人口:350,828人 世帯数:168,294世帯(2018年8月1日現在)

本紙の情報はホームページに掲載しています 港北区 検索



広告