

1. 关于栃木市的灾害和灾害的防备工作

近几年，在日本全国各地发生了许多大雨、地震等灾害。

栃木市也因 2015 年的暴雨和 2019 年的台风，接连造成了浸水和塌方等灾害。

栃木市制作了名为《栃木市灾害的记忆》的纪实视频。任何人都可以在「栃木市公式 Youtube 视频网站」上观览。

今天我们再次从《灾害的记忆》中学习、获取经验，这对做好灾害的防备工作是很重要的。

作为平日里的一个防备工作，就是当灾害发生时，要了解在哪里正在发生什么。作为一种收集信息的手段，请事先登录好网络、手机或灾害情报 APP 等多种信息平台。

在发生大雨等时，若发布了「警戒程度 4」，意思是需要离开危险场所，全体避难，这是住民得采取的行动。所以请事先了解好「警戒程度」和「避难情报」的含义，再进行自己该采取的行动。

在避难时所需携带的物品有现金、保险证等贵重品、医药品、卫生用品、饮用水、软罐食品、糖果等的储备食品、还有自己觉得需要的生活用品。请在平日里，就把这些准备好，放入背包中吧。

避难地点除了市开放的小学 and 公民馆等指定避难所以外，也可以是在安全地区的亲戚家或朋友家、如果自家有安全的地方，也可以不出自家，这也是一种「避难」。

栃木市为避免汽车浸水，已于市内的超市和弹珠店（派青格）等签订协议，店铺的屋顶停车场可以作为汽车避难所使用。

为了在紧急情况时避免发生困难，请事先跟家人或朋友商讨，决定好避难场所。

栃木市国际交流协会所在的「极东栃木藏之街乐习馆」是优先开放的避难所之一。在此设有灾害时多国语言支援中心，所以请需避难的外国人住民务必前往避难。

2. 关于防暑和疫情防控

作为疫情防控措施，佩戴口罩是非常重要的。但是在夏季高温和高湿度的环境下佩戴口罩，可能会增加中暑的风险。

国家从防暑和疫情防控的两个视点，对佩戴口罩做出了新的决定。

在室外跟周围人的距离在2米以上或即使不能保持距离，但几乎不会有会话时，建议摘下口罩。

在室外散步或跑步、步行或骑自行车通勤、上学时，不必佩戴口罩。

在室内，在基本能确保人和人的距离在2米以上，且几乎不会有会话时，可以不用佩戴口罩。

在佩戴口罩时，要注意运用空调或电风扇和换气来调节温度和湿度，以防高温，还需注意要频繁地补充水分。

即使没有感到口渴时，也要每隔一个小时喝一杯水，在入浴前后和起床后也要先补充水分。

1天大约要补充1.2升水分，在出了很多汗时，也请务必补充盐分。

3.有关「歌磨道中」的招募演员

今年将于10月15日至23日举办第11届歌磨庙会。歌磨是一位活跃于江户时代，擅长美人画的著名浮世绘师，跟栃木市非常有缘。

在庙会期间会有各种活动。在10月15日周六，将上演以歌磨所描绘的世界为意境的「歌磨道中」。

现在正在招募出演「歌磨道中」的演员。有花魁、艺者、新造、女将、歌磨、撑伞者、持金棒者等11个角色、14名。也有从小学5年级到中学生的儿童角色。

想参加演出者，请提交已填写好希望出演角色的指定的招募专用申请表，并附上3张彩照。招募截止日是8月19日周五。跟国籍无关，外国人住民也能出演。

有关招募的咨询，请联系栃木市役所3楼的藏之街课内、歌磨活用城市建设协议会事务所，电话0282-21-2573.