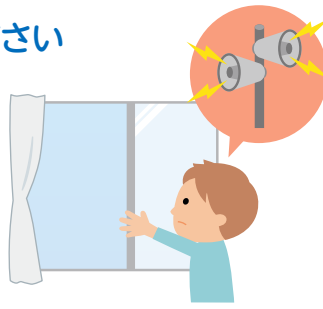


# 防災行政無線の聞き方をマスターしよう

## チャイム音が聞こえたら、窓をあけて聞いてください

防災行政無線のデジタル化工事が完了し、以前よりも雑音が低減され、音質が向上し、高性能スピーカーにより広範囲に聞こえるようになりました。しかし屋内にいる場合は、状況や場所によって聞き取りづらいことがあります。防災行政無線の放送開始のチャイム音は音量を上げていますので、チャイム音が聞こえたら「窓を開ける」「窓際などの聞こえやすい場所へ移動する」などして、放送を聞いていただくようお願いします。



## 防災行政無線の放送の聞き直しについて

気象条件や周囲の環境などの影響により、音声が明瞭に聞こえなかった場合や、放送内容を確認したい場合は、次の方法で確認することができます。



### 防災行政無線聞き直しテレガイドサービス

過去24時間以内に放送された内容を電話で聞き直すことができます（通話料金は利用者負担となります）。

聞き直し電話番号 ☎ 0599 21 2010

### 市ホームページでの確認



### とばメールでの確認(登録制)

とばメールでの配信を希望されるかたは、配信カテゴリで「防災無線情報」を追加していただく必要があります。



### Facebookでの確認



総務課防災危機管理室



25

1118

一人一人が備えてこい！  
防災力UP！鳥羽

vol.106

幼少期に、基礎的な体力をつけることや、運動能力を高めることは大切です。「レスリングを通じて、基礎体力や運動能力が高くなっていきます。」

レスリングは「走る・飛ぶ・組む」など、さまざまな動きが組み合わさった競技です。そのため、最初はマット運動やかけこなど、遊びながらレスリングの基礎になる能力を身に付けていきます。それぞれの動きの中で体幹を鍛え、身体が動くようになることで、瞬発力・柔軟性・俊敏性などの身体能力が高くなっていきます。

鳥羽・ジュニアレスリングクラブは、平成4年に設立し、現在は幼児から中学生の子どもたち20人が所属しており、年齢や経験に応じた指導を行っています。身体を動かすことからはじまり、徐々にバランスやスピードなど、レスリングに必要なスキルを学ぶことができるようになり組んでいます。

## 108SMILE 市民活動団体紹介 つながり. 17

「鳥羽・ジュニアレスリングクラブ」

108SMILE ホームページ  
URL <https://108smile.jimdofree.com/>



市民課人権・市民交流係  
☎ 25 1126



を高めるだけでなく、勝ち負けにこだわらず、レスリングを楽しむのでほしい。面白いと思ってほしい。そして、大人になっても続けてほしい」という想いで活動をしていますので、興味のあるかたは、一度見学にお越しください。子どもたちが真剣な表情でレスリングに取り組む姿を見れば、魅力が伝わると思いますが、体験も受け付けています！

**練習日時** 毎週月曜・金曜日 午後7時～9時、日曜日 午前9時30分～11時30分

**練習場所** 鳥羽高校飛翔館1階 武道場