

～来院される皆様へ～  
北秋田市民病院からお願い

マスクの着用と  
面会の制限について

当院では、2月よりインフルエンザ感染拡大防止の為、来院されている方にはマスクの着用をお願いしています。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、ご面会についても制限させていただいています。状況によりご面会ができない場合がありますので、詳しくは北秋田市民病院までお問い合わせください。

☎ 北秋田市民病院 ☎62-7001

**平成25年度げんきワールド  
介護予防支援講座の参加者募集**  
平成25年度げんきワールド介護予防講座鷹巣会場の参加者を次のとおり募集します。  
**内容** 介護保険・健康・栄養・運動・趣味・認知症予防などをメインテーマに、くらしの健康コーナーや健口体操で構成されています。  
**期間** 4月から1年間(月2回)  
**時間** 13時30分～15時  
**主会場** げんきワールド  
**対象** 北秋田市民  
**費用** 無料(講座内容によっては材料費等の負担があります)  
**募集定員** 60人(先着順)  
**申込方法** 3月19日(火)までに電話又は直接、申し込みください  
**☎** 北秋田市介護予防拠点施設 げんきワールド ☎60・1335

**債務を整理するための  
裁判所の手続について**  
個人である債務者が、借入や商品購入等で債務が増えたり、何らかの事情で収入が減り、支払いが困難になった場合に、債務を整理し、生活を立て直すために次のような裁判所の手続があります。  
○**特定調停手続**  
債権者との話し合いにより、返済方法を見直す手続です  
○**個人再生手続**  
法律で定められた手続により債務の支払計画を立てる手続です  
○**破産手続**  
債務者の財産をお金に換えて債権者に分配する手続です  
※各手続の詳細は、裁判所ウェブサイトで見ることができます  
<http://www.courts.go.jp/>  
**☎** 秋田地方裁判所事務局総務課 ☎018・824・3121

大館能代空港利用者へ



片道2,500円助成

**実施中!**  
●**対象者**  
搭乗する日において北秋田市に住所を有する方  
●**対象期間**  
平成25年3月31日(日)まで  
●**申請期限**  
搭乗した日(往復の場合は復路)から起算して30日以内  
●**申請書類**  
補助金交付申請書/搭乗券  
●**申請先**  
生活課又は各総合窓口センター  
**☎** 商工観光課観光振興班 ☎72-5243

お知らせ

東日本大震災から2年  
防災意識を高めましょう

地震が発生したとき、被害を最小限に抑えるには、一人一人があらわらずに適切な行動をすることが極めて重要です。

●**肝心なのは日頃からの備え**

- ① 安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合っておきましょう
- ② 家具類の転倒・落下防止をしておきましょう。また、避難に支障がない家具配置にしましょう
- ③ 懐中電灯や携帯ラジオ、非常食品など、非常用品を置く場所を決めて準備しておきましょう
- 地震が発生した場合は**  
① 丈夫なテーブルの下など、安全な空間に身を寄せ、自分の身の安全を確保しましょう

- ② 揺れがおさまってから、火の元を確認し、出火した時は落ちついて消火をしましょう
  - ③ ヘルメットや頭巾で頭を守り、すみやかに安全な場所へ避難しましょう
  - ④ 一人暮らしの老人や身体の不自由な人などに声をかけ、近所と協力し助け合いましょ
  - ⑤ 携帯ラジオや行政などからの情報を基に、正確な情報を自らが入手するようにしましょう
  - ⑥ 自動車運転中に地震が発生したら、エンジンを切って駐車し(鍵をつけたまま、ドアをロックしない)、カーラジオで地震情報を確認しましょう
- お問い合わせ**  
総務課危機管理班 ☎62・1111  
北秋田警察署 ☎62・1245

光ブロードバンド

いまや生活の一部となったインターネット。北秋田市は光ファイバー網の整備が完了し、市民の皆様が都市部と変わらない通信環境でブロードバンドサービスを利用できるようになりました。

皆様のご自宅でも有効活用していただくため、光ブロードバンド回線についてシリーズでご紹介します

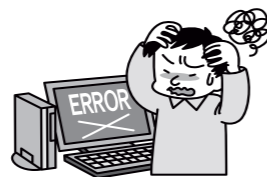
シリーズ第1弾 光ブロードバンドとADSLの違い  
～速度が速いとインターネットが快適に！～

ADSL回線

電話回線を利用するADSLは、交換局からご自宅までの距離が遠いほど「伝送速度」が低下する性質を持っています。そのため動画再生に時間がかかったり、途中でパソコンの画面が固まったりする場合があります。

光ブロードバンド回線

一方、光ブロードバンド回線はデジタル信号に「光」の点滅を利用しており、距離に関わらず、高速・安定な通信が可能になります。そのため高速インターネットはもちろん、動画や音楽も快適に視聴でき、ダウンロードもスムーズにできます。また、データのアップロードにも優れており、写真、動画を盛り込んだブログ作成にも適しています。



ダウンロード速度比較

光ファイバー (100Mbps)	ADSL (1.5Mbps)
音楽1曲 5分(4.8MB)	0.4秒 25.6秒
音楽アルバム 74分(72MB)	6秒 6分
映画 2時間(3.6GB)	5分 5時間

☎ 財政課電算システム班 ☎72-5234

緊急時のために、ぜひご登録を！～北秋田市防災情報メール～

市では、緊急地震速報などの緊急情報や気象情報、市が発表する避難情報を、あらかじめ携帯電話やパソコンのメールアドレスをご登録された方に対して、メールでお知らせしています。緊急時のために、ぜひご登録をお願いします。

**お問い合わせ**  
総務課危機管理班  
☎62-1111

【登録方法】

○携帯電話の方

右のQRコードを読み取り、「北秋田市防災情報配信システムのご案内」ページへアクセスして登録をお願いします。



○パソコンの方

北秋田市ホームページへアクセスし、「北秋田市防災情報メール登録」から手順に従って登録を完了して下さい。

<注1>ご登録は無料ですが、通信費用は登録者の負担になります。

<注2>迷惑メールの受信拒否等を設定している場合は、個別に受信するドメイン指定が必要です。(ドメイン「@city.kitaakita.akita.jp」)

【配信情報】

「全国瞬時警報システム(J-ALERT)」から送信される緊急情報や、市が発表する避難情報などをお知らせします。配信される内容は次のとおりです。

- (1) 市が発表する避難情報…避難勧告、避難指示
- (2) 国民保護情報…弾道ミサイル等の有事に関する情報
- (3) 緊急地震速報…推定震度4以上の地震
- (4) 気象情報…大雨警報、暴風警報など
- (5) 配信を希望する災害情報…地震情報、津波情報

【北秋田市の災害メール】

市では、この「北秋田市防災情報メール」のほか、災害時に市内に滞在する方へ避難情報をお知らせするため「エリアメール・緊急速報メール」の配信も行っています。