

# 不知火美術館・図書館

SHIRANUHI ART MUSEUM & LIBRARY



## 休館のお知らせ

7月28日に発生した令和8年熊本地震に伴い、当面の間、不知火美術館・図書館、小川分館、豊野分館は休館します。



現在、貸し出し中の資料(本など)はそのまますで保管ください。



予定していた各イベントも中止します。

※今後のお知らせに関しましては、当館ホームページ、SNSにて随時発信します。

### 不知火美術館・図書館

**休館**  
[図書館] ☎32-6211 ✉ libraryinfo@museum-library-uki.jp  
[美術館] ☎32-6222 ✉ museuminfo@museum-library-uki.jp

### 市立図書館分館

[三角分館] ☎53-1849  
開館時間 10時 - 18時 (㊟休館 / ㊟の場合翌日)  
[豊野分館] **休館**  
[小川分館] **休館**

## 地震により図書館の本などを破損、汚損、紛失した人へ

令和8年熊本地震により、宇城市立図書館(各分館含む)から貸し出しを受けた本などを破損、汚損、紛失した場合は、市役所へ罹災証明を申請してください。

現在、図書館は休館していますので、破損、汚損している資料(本など)をお持ちの人は、そのまますで保管してください。

図書館の再開後、来館可能になりましたら、罹災したことが確認できる資料(罹災証明書の写しなど)と合わせて、可能であれば資料をそのまますで図書館へお持ちください。



## 災害時・避難生活の健康管理チェック ～身体とお口、そして「こころ」の健康を守るために～

図 健康づくり推進課 ☎ 32-7100



### 身体の健康を守る4つの習慣

避難生活では、普段と異なる環境により健康を損ないやすくなります。以下の点に注意しましょう。

#### 熱中症のリスクに注意

- ✓ 喉が渇く前にこまめな水分・塩分補給を行う
- ✓ 涼しい場所で適度に休みをとる
- ✓ 通気性の良い服装を心掛ける



#### お口のケアで誤嚥性肺炎を防ぐ

- ✓ 水が少なくても毎食後の歯磨き・うがいを
- ✓ お口を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防
- ✓ 義歯(入れ歯)の手入れも忘れずに



#### エコノミークラス症候群を予防

- ✓ 長時間同じ姿勢でいると血栓ができやすくなります。
- ✓ 定期的に軽い運動やストレッチをする
- ✓ こまめな水分補給を怠らない



#### 食中毒に注意

- ✓ 食事前やお手洗いの後など、こまめな手洗いの徹底
- ✓ おにぎりや弁当は早めに食べる
- ✓ 匂いや味に違和感があれば無理に食べない



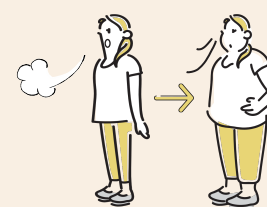
### こころのケア

突然の災害で大切な人や家財を失うなどの体験をすると、人の心と体にはさまざまな変化が起こります。

「眠れない」「イライラする」「誰とも話す気になれない」「不安が強い」「あの時の光景が繰り返し浮かぶ」「体調がすぐれない」

これらの症状は時間の経過とともに自然に回復していくものですが、現在も悩まされている人は、できることから取り組んでみてください。

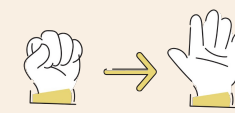
こころの健康を守るために、  
リラックスしよう



腹式呼吸



自然の音を聞く



グー、パーで  
筋肉の緊張を緩める

### ひとりで抱え込まないで



心配や不安を一人で抱えずに、周りの人と話したり、お互いに声を掛けあうことが大切です。症状が長引くようでしたら、市の保健師や医療機関にご相談ください。

### 困ったときの相談窓口・連絡先

#### ■こころの相談(平日 9:00～16:00)

図 熊本県精神保健福祉センター  
☎ 096-386-1166

#### ■健康相談(平日 8:30～17:15)

図 健康づくり推進課  
☎ 32-7100

### 広報うき8月号は全戸配布しません

令和8年熊本地震の発生に伴い、広報うき8月号は全戸配布しませんでした。下記の場所です。

配布場所 本庁、各支所

#### 【注意】

- 被災した支所など、一部設置していない場所や閉庁している場合があります。
- 掲載内容には、地震の影響により中止となったイベントなどが含まれています。

**期限厳守 掲載依頼**

● 期 限 11月号 9月15日㊟  
12月号 10月19日㊟

● 申込方法 原稿提出フォーム、ホームページまたは広報統計課窓口設置の様式に記入し提出して掲載を依頼

■ 注意事項  
・掲載基準を読み、同意した上でご提出ください。  
図 広報統計課 ☎32-1902

詳しくはこちら(市HP)

原稿提出フォーム

### 広報紙に掲載しませんか？

■ 注意事項  
・掲載基準を読み、同意した上でご提出ください。  
図 広報統計課 ☎32-1902

### ウキカラ 読者の声

9月号のアンケート



お便り・投稿  
フォーム



### #投稿

皆さんからの投稿をお待ちしております。

▽あの日、突然の激しい揺れが日常を奪い去りました。今なお、余震が続く中、今月号は何とか皆さまの元へお届けできました。先の見えない不安に包まれる今だからこそ、人と人の絆の温かさが心に深く染みます。一歩ずつ、焦らず、この困難を皆さまと一緒に乗り越えていきますように。

これから被災者支援に役立つ大切な情報を、温もりある誌面と共に届け続けます。

編集局から  
(のん)