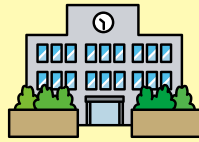


簡単にできる一家の備え

普段の生活でひと工夫を

- 散歩やランニングを、たまには避難場所を含めたコースで
- 電気がない生活を体験してみる
- 避難経路を意識した雪かきをする
- 非常時のトイレのために、風呂は残り湯の習慣を
- 休むとき、ぐるっと見回して危険はないか確認
- 非常持ち出し品はよく目に付くところへ置く
- ガラスが割れても歩けるように、スリッパを布団の近くに脱いでおく
- 新聞紙を使ってみよう防寒対策
- 犬と歩いて、安全パトロール

避難場所



非常時を意識した生活を

- 毎月1日は家族防災の日
- 大雨のときは、寝る場所を変える
- 排水路をきれいにして洪水対策に
- あいさつの際は、気象・地震の話で相互に啓発
- わが家のハザードマップを作り、壁に張る
- 定期的な非常食パーティで賞味期限切れ知らず
- 定期的に防災行政無線の電源・電池を確認する
- 住宅用火災警報器と消火器で早期発見・早期消火



賞味期限



家族みんなで災害を知ろう 「備え」は日常生活の一部



東日本大震災からまもなく1年。あなたは、突然降り掛かる災害に対して、何かの備えをしましたか。いざという時、冷静に行動するためにはどのような備えが必要なのかを考えてみましょう。

消防の広場

119

火事・救急・救助

平成23年6月からすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されています

■安全な環境づくり
災害への備えとして、水や食糧、非常持ち出し品を準備しておくことは大切なことです。まずは、命を落とさないための「安全な環境」をつくるのが大切です。

例えば地震に対しては、「家具が倒れないようにストッパーを使用すること」「万一家具が倒れても、避難時に経路がふさがらないように配置すること」などがあげられます。また、住んでいる地域が山間なのか海辺なのかなど、地理的環境と合わせて防災を考えることが、安全な環境づくりには重要です。

■備えをライフスタイルに
突然やってくる災害に対して、備えが何もなく、正確な情報がないと、冷静に行動することができません。

災害大国といえる日本では、大災害であっても私たちの身近に起こります。災害への備えは特別なことではなく、日常生活の一部なのです。

災害の種類や住んでいる地域などから危険性を見極め、自分たちの暮らしに合った効果的な備えの方法を考えましょう。

備えをライフスタイルの一つとして、家族と一緒に楽しみながら取り組んでみてはいかがでしょうか。

過去5年間の主な自然災害

発生年	発生した災害	災害の概要
平成19年	新潟県中越沖地震	マグニチュード6.8。新潟県で死者15人。
平成20年	平成20年8月末豪雨	東海、関東、中国および東北地方などで記録的な豪雨。都市部の浸水被害が目立った。
平成21年	中国・九州北部豪雨	鳥取、広島、山口、福岡、佐賀、長崎の各県で合わせて死者36人。
平成22年	駿河湾を震源とする地震 猛暑 奄美豪雨	マグニチュード6.5。死者1人と、負傷者319人。 気象庁が「30年に一度の異常気象」と発表。 鹿児島県奄美地方で記録的な豪雨。死者3人。
平成23年	東日本大震災 台風12号	マグニチュード9.0。死者・行方不明者は合わせて約2万人。 日本各地で記録的な豪雨。特に紀伊半島では甚大な被害となった。死者78人。

■災害大国、日本
日本では、過去5年間を振り返るだけでも、地震や台風、ゲリラ豪雨などの大規模な災害が、毎年のように発生しています。

そして、いまだかつてない広域巨大地震となった東日本大震災、強大な破壊力で集落をも消滅に追い込んだ台風12号は、今もなお被災者と被災地に深い傷痕を残しています。

まずは、特徴を知ること

一口に災害といっても、地震や津波による建物の倒壊や火災、台風や長雨による土砂災害や家屋の流出・浸水などがあり、影響もさまざまです。

災害ごとに適切な備えをするためには、それぞれの特徴や危険性を知っておくことが、とても重要になります。

家族みんなで災害の特徴や危険性を理解することが、防災への意識を高め、災害に対する備えや防災グッズの有効利用にもつながります。

▶昨年の台風12号で被災した三重県紀宝町(同町提供)



救急一口メモ



躊躇せず、救急蘇生を開始



市消防本部救急救命士
ふなごし 船越 昇

新しい研究成果をもとに、より有効とされる蘇生手順をまとめた「救急蘇生法ガイドライン」が改訂されました。主な変更点をお知らせします。

◆心停止の有無を確認する呼吸観察は、あごを上げるなどの気道確保を行わず、胸と腹部の動きを見ます。

◆心肺蘇生法は胸骨圧迫(心臓マッサージ)から先に始めます。

◆胸骨圧迫の位置は「胸の真ん中」、深さは「少なくとも5cm」、テンポは「1分間に少なくとも100回」を目安とします。

◆小児用電極パッドや小児用モードを使用する対象を「未就学児」とし、乳児(1歳未満)に対してもAEDを使用することができず。

今回全ての変更点を紹介することはできませんが、救命講習会や広報紙などを通してお伝えしていきます。

ガイドラインは、定期的に改訂されますが、以前の蘇生方法が間違っているわけではありません。重要なことは、より早く、躊躇することなく、心肺蘇生を開始することです。市民の皆さんのご協力をお願いします。