

包括支援センター三吉町南たより

令和4年 冬号 その2



災害に合わないことが一番ですが、その時はいつどんな時に来るかわかりませんね。いざというときに身を守れる、知っててよかったと思える防災知識を持っておきましょう。

それでは、クイズを始めてみましょう。

1. 各家庭で用意する防災備蓄の水や食料は、最低でも何日分用意しておくが良いでしょうか？
 1. 半日分
 2. 3日分
 3. 14日分
2. 非常持ち出し袋はどこに置いておくのが良いでしょうか？
 1. 押し入れの奥
 2. 床下収納
 3. リビング
3. 地震や火災の避難時には閉じ込められる危険などがあるため、エレベーターを使ってはいけません。では、既にエレベーターに乗っている時に地震が発生しました。どうしたら良いでしょうか？
 1. そのまま1階まで乗っていく
 2. 手でドアをこじ開ける
 3. 全ての階のボタンを押して、止まり次第降りる
4. 机の下に身を隠すのが難しいほど大きな地震が起きた場合、まずはどうすれば良いでしょうか？
 1. 外に飛び出す
 2. 落下物などが無い廊下に出る
 3. 寝そべる
5. 地震で避難する時、火災予防のためにすべきことはなんですか？
 1. ブレーカーを落とす
 2. 電化製品のコンセントを全て抜いて回る
 3. 何もしなくて良い
6. 火災から避難する際に役立つものはなんですか？
 1. 透明なポリ袋
 2. アルミホイル
 3. タワシ

答えと解説は裏面へ

防災クイズ 答えと解説

1. 正解は、2の**3日分**です。

この3日分というのは、過去の災害時に道路状況などが回復するまでにかかった平均的な日数です。しかし、3日というのは順調にいった場合の最低限の目安でしかありません。その時の災害状況や地域によっては、それ以上の日数を要することも考えられます。そのため、水や食料は少し余裕を持たせて1週間は確保しておくことより安全です。スペース的に多くの非常食を置いておくのが難しい場合も、最低限3日分は必ず用意しましょう。

2. 正解は、3の**リビング**です。

非常持ち出し袋は、緊急時にすぐに手に取ることができる場所に置いておきましょう。

リビングや寝室、玄関などがおすすめです。

押し入れなどに入れていると、災害状況によっては取り出すことができなくなるケースも考えられます。

3. 正解は、3の**全ての階のボタンを押して、止まり次第降りる**です。

それでも閉じ込められてしまった場合は、緊急連絡ボタンを利用しましょう。無理に扉をこじ開けて外に出る行為はかえって危険ですので、行わないようにしましょう。

4. 正解は、2の**落下物などがない廊下に出る**です。

地震が起きた時、机の下に身を隠すのも有効な手段です。

しかし、大地震が発生すると机自体が動いてしまうこともあります。また、家具や家電がスライドして激突してくる可能性もあります。そのため、廊下にはできる限り家具を置かないようにしておき、一時避難ができるスペースを確保すると良いでしょう。そうすることで、家具が倒れて出入口が塞がれる事態を防ぐこともできます。

5. 正解は、1の**ブレーカーを落とす**です。

避難時には停電していても、通電した際に家電が元で火災が発生するケースもあります。確かに、コンセントが抜けていれば火災発生リスクを抑えられます。

しかし、災害時に家中のコンセントを全て抜いて回るのは危険が伴う可能性があります。ブレーカーを落とし、速やかに避難に移った方が安全です。

6. 正解は、1の**透明なポリ袋**です。透明なポリ袋を被ることで、有毒な煙を防ぐことができます。また、目を開けたまま避難することもできます。長時間被っていると窒息の危険がありますが、避難するまでの短い間であれば概ねポリ袋内の空気が持続します。

煙を吸って意識不明になる危険を考えれば、役立つ道具と言えるでしょう。



サロンご案内

～どなたでもお気軽にご参加ください～

ほっと☆かふえ

第2金曜日

13:30～14:30

すこやかセンター1階大会議室

※予約が必要です

生き活きサロン

第4火曜日

13:30～14:30

東ふれあいプラザ

※予約不要

いかがでしたでしょうか。

少しの意識と平時の準備、

できることから取り組んでみませんか。

地域包括支援センター-三吉町南

084-927-9039