

自主防災かわら版

2017・9号

防災ふれあい祭のご報告

ご参加いただきました皆様、ご協力頂きました皆様、ありがとうございました。

11月5日(日)、暖かく心地よい天候のなか、381名(参加者)と60名(要員)の多くの皆様のご参加とご協力のもと、今年も防災ふれあい祭を開催することができました。炊き出しや訓練イベントを楽しんでいただけましたでしょうか？

災害時にはご近所同士の普段からの「関わり合いが力」になる。そんな思いから、「防災ふれあい祭」という名称で開催しています。その名称の通り皆様のふれあいの場となっていましたら幸いです。

炊き出し)

今年も防災訓練の炊き出しとして、カレーと炭で焼いた薩摩芋、スペアリフ、さんま、などなど準備しました。炭とグリルがあれば、美味しくて温かい食べ物を作る事ができる、災害時にも役立つ経験ができました。



競技・訓練)

イベント部会と共同で考案した競技や訓練です。防災資機材を覚えるための借り物競争、消火に役立つバケツリレーなど、知識が身につく、楽しみながら防災に役立つ、体験ができる、そんなテーマで競技・訓練を楽しんで頂きました。



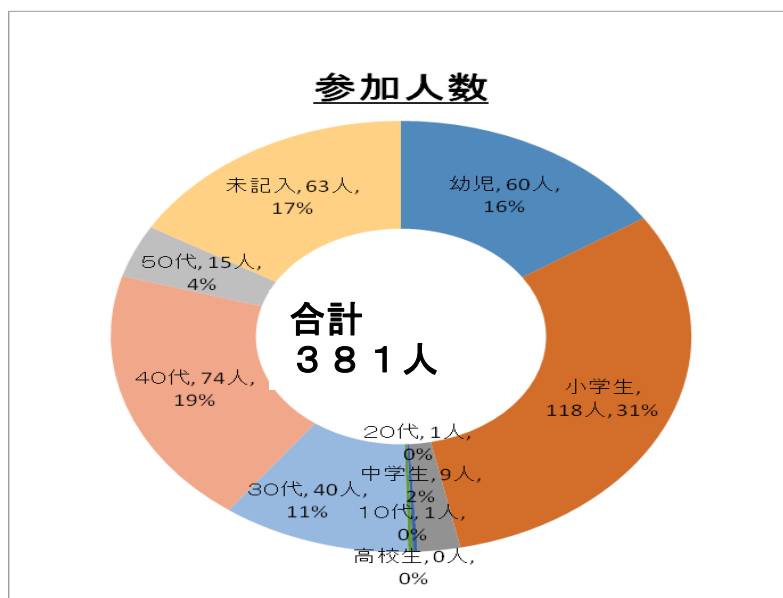
ジャッキアップ競争



借り物競争

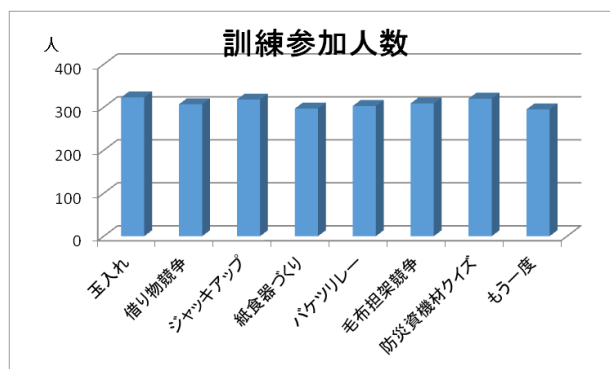
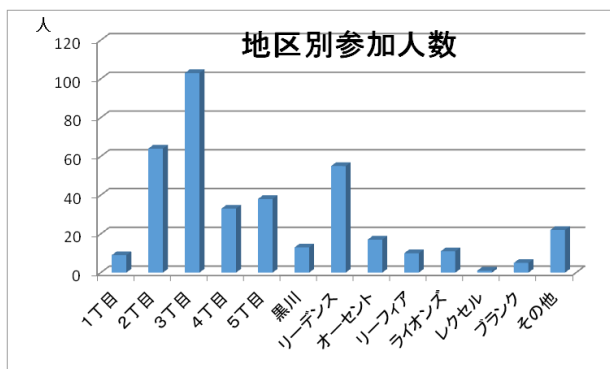
数字で見る防災ふれあい祭

381人と多くの皆様にご参加いただきました。昨年よりは若干少ない人数でしたが、未記入の方の数を考慮しても大人（20代以上）の方の参加割合（全体の34%、）も多く、町内の皆様に防災ふれあい祭が認知されてきたのではと感じています。今後とも防災活動に、ご協力よろしくお願いいたします。



地区別参加人数は、地区により世帯数が異なりますので、参考としてご覧ください。

「訓練参加人数」を見ると、参加いただいた約8割の方々がおおむねすべての訓練・競技に参加された事になります。



2017年間かわら版テーマ 自宅避難

その7 食料品の使用順序

自主防災かわら版では一年を通して、「自宅避難」をテーマにしています。
今月は自宅避難時における「食料品の使用順序」についてです。

「その5 食料の備え」で食料品、特にレトルト食品についてご紹介しましたが、その他の食料品も含めて、それら**食料品の使用順序**を考えてみました。

食料品の使用順序は、次のようにするのが良いでしょう。

- ① 冷蔵食品 ② 冷凍食品 ③ 保存食品

① 冷蔵食品

被災後、ライフラインが止まるので、まずは「**冷蔵庫内の冷蔵食品を優先的に使用して調理する**」と良いでしょう。これらは、日持ちしないので、早めに消費しましょう。特に、夏場は衛生面に十分な注意が必要です。

また、「**なるべく日常の食事と同じになるように**」を考えて、他の食品も併せて使用する事も大事です。被災時は、誰もがストレスを感じます。普段通りの食事に少しでも近いことが体調を保つことにつながります。

② 冷凍食品

「**冷凍庫には、日頃から保冷剤を冷凍したり、食材をいっぱいに入れておく**」と良いでしょう。凍った食材同士が保冷の役目を果たすので、停電後も解けにくくなるからです。

また、「**冷凍庫内の空間がある場合には、そこにタオルを詰めて、一番上にバスタオルを被せて、冷凍庫内の空間をなくすようにする**」と良いでしょう。

③ 保存食品

「日常よく使う食品を中心に揃える」と良いでしょう。食べたことのない缶詰、レトルト食品、インスタント食品などを備蓄していても、いざという時には、味的に大変食べにくいものだったりします。日常食べなれたもの、または食べにくいものを揃えましょう。

例えば、次のようなものを揃えてみてはいかがでしょうか。

- ✓ 薄力粉、強力粉などの粉もの(→お好み焼き、パン、など)
- ✓ 缶詰(トマトの水煮缶→パスタソースに、さばの水煮缶、など)、
- ✓ レトルト食品(カレー、丼物、パスタソースなど)、
- ✓ インスタント食品(フリーズドライの卵スープ、コーンスープなど)、
- ✓ 乾物(乾燥ワカメ、春雨など)、
- ✓ 野菜ジュース(トマトジュース→ミネストローネ風スープに)、など。

本資料作成にあたり、「収納のプロが教える災害用食糧備蓄の整理法」
<https://allabout.co.jp/gm/gc/439408/>、「からだ元気/SOS!こんな時、カラダどうする/第4回SOS!大停電。冷凍食品を守るのはバスタオル?」
https://ourage.jp/column/karada_genki/8364/を参考にしました。

「応急処置法講習会」のお知らせ

日常起きてしまう「切り傷、擦り傷、やけど、骨折、喉に物を詰まらせてしまった」時など、どうしたら良いか、正しい対処の仕方、処置について学びます。

開催日時：2018年3月18日(日) 10時～12時

開催場所：はるひ野黒川地域交流センター

詳細については、次号以降の「自主防災かわら版」や「町内会HP」などでご案内します。

ぜひ、今からスケジュールを確保しておいてください。