防災だより

いますぐ出来るマンション防災

Vol.10　発行 ライフポート西洋

冬の災害

～火災・凍結・雪・寒さの備え～

あたたかく、安全で健やかな毎日のために

そろそろ、寒さが厳しくなる季節です。火災だけでなく、給水管の凍結や転倒、一酸化炭素中毒、低体温症など、冬ならではの「見えにくいリスク」が増える時期です。安全で暖かい冬を過ごすために、今から準備しておきましょう。今回の防災だよりでは冬の災害について記載します。



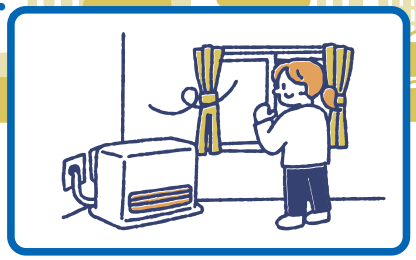
暖房器具による火災を防ぐポイント

- ☑ ストーブやヒーターの近くに布製品を置かない
- ☑ 給油や配線の不備を点検（ガス漏れやホコリに注意）
- ☑ 外出・就寝前の火の始末を忘れずに
- ☑ 石油・ガスストーブ使用時はこまめな換気を



凍結・給水トラブルの予防

- ☑ 給水管は保温材やタオルを巻いて保護
- ☑ 特に北側や屋外に面した配管に注意
- ☑ 氷点下が続く夜間は、水をチョロチョロ出し続けると凍結しにくい
- ☑ 凍ってしまった場合は、ドライヤーやぬるま湯で徐々に解凍（熱湯はNG）



低体温症・一酸化炭素中毒に注意

低体温症とは？

寒さによって体温が35℃以下に下がる状態。体がガタガタ震える、手足が動かしにくい、意識がぼんやりするなどの症状が出ます。

- ☑ 暖房の効いた部屋でも足元が冷えないよう靴下やブランケットで保温
- ☑ 高齢者・乳幼児は寒さを感じにくいため、周囲の人が室温を調整する意識が必要です

一酸化炭素中毒とは？

石油・ガス機器を換気せずに長時間使うと、酸素不足により中毒症状が出る危険があります。

- ☑ 石油ストーブ・ガスヒーターは1～2時間ごとに換気を
- ☑ 頭痛・吐き気・めまいを感じたらすぐ使用をやめ、空気を入れ替え

雪や氷による転倒事故防止

- ☑ **マンションの共用玄関や階段は滑りやすいので注意**
  滑り止めマットや砂をまく対策を管理組合に相談しましょう。皆さんの「気づき」が事故を防ぎ、快適なマンション生活に繋がります。
- ☑ **外出時は滑りにくい靴を履く**
  ソールに滑り止めがついたものがおすすめです。
- ☑ **転倒防止のため、手すりを使う癖をつける**
- ☑ **雪かきの際は無理をせず、体調を考慮して行う**
- ☑ **交通機関の乱れにも注意し、余裕を持った行動を**



冬の感染症にも備えを

インフルエンザ・風邪・ノロウイルスなどが流行する季節です。



- ☑ **こまめな手洗い・換気・加湿が有効です。**
- ☑ **予防接種やマスクの着用も含めた感染予防行動を心がけましょう。**

火災発生時の対応（再確認）



- ☑ **火災に気づいたら、すぐに119番通報**
- ☑ **非常ベルを鳴らす・近隣に知らせる**
- ☑ **煙が充満する前に避難開始（エレベーターは使用禁止）**
- ☑ **逃げ遅れそうな場合は、ベランダや窓から外部に助けを求めましょう**

年末年始を、安全・安心に。

冬の災害は「静かに進行し、気づいた時には被害が大きい」ことが特徴です。火災、凍結、寒さ、感染症――どれも油断せず、「早めの対策」で備えておきましょう。年末年始を安全・安心に過ごすために、今一度、身の回りを見直すことが防災の第一歩です。どうぞあたたかく、健やかな冬をお迎えください。

