

vol.4

『大雪とソナエ』

大雪、停電へのソナエ

最新情報の確認と照明の確保

テレビ・電話などの情報通信機器の不通に備えて、情報収集の手段は複数用意するのが安心。ラジオは事前にエリア周波数を確認し、スマホはモバイルバッテリーも用意を。



電気がなくても暖をとれる準備

暖房器具が使えなくなるため、石油ストーブや防寒着・カイロ・湯たんぽなどを備える。太い血管がある場所を温めるのがコツ。



気象庁の長期予報では、ラニーニャ現象の兆候が見られ、今年の冬は昨年より寒く、積雪も多くなる可能性がります。近年では2020年から21年の時のような大雪や極寒の恐れもあります。

大雪注意報、警報が出た場合は、不要不急の外出を控えてください。降り始めや降ってからしばらくすると道路は歩きづらくなるので注意が必要です。

停電になる場合もありますので、電気のないカイロや温かな毛布などを事前に用意しておきましょう。

特に体で「首」と呼ばれる部分を温めることが大切です。「首」「手首」「足首」の三つに「お腹のくびれ」を加えた「四

体を温め低体温を防ぐ

「首」を温めると血行が良くなり体が温まります。特に、体温は頭から放出されやすいので、外出時は帽子を被ることをお勧めします。

家の中でも低体温症で命を落とす人は多く、注意が必要です。暖房器具の使用や、暖房を切つて寝ている時には深部体温が低下するので毛布など温かなもので体を覆うことが大事です。

雪道での「急ハンドル」「急発進」「急ブレーキ」などの「急」の付く運転は、アイスバーンなどでスリップ事故につながるので避けてください。「10分早めの準備」「十分な車間距離の確保」「十分に速度を落とす」という「3つの10」が事故を避けるために重要です。

除雪中の事故も多くあります。除雪ローダーに巻き込まれる事故や屋根からの雪崩も注意が必要です。除雪作業は2人以上で行い、屋根の除雪作業は、命綱を付けて行ってください。何よりも余裕のある準備を心掛け、「大雪にソナエ」ていただきたいと思います。



会津若松市危機管理課
小野 公久 防災対策普及員

毎月11日は
いい11備えの日

#イイソナエ

キャンペーン

福島民友新聞社とふくしまFMが展開する防災啓発特集「#イイソナエキャンペーン」。第4回のテーマは「大雪とソナエ」です。会津若松市危機管理課の小野公久防災対策普及員に大雪への備えや寒さから身を守るための対策などを伺いました。

企画・制作／福島民友新聞社営業局

プレゼント企画
実施中!



ホームページでも
詳しく情報を
発信しています。

福島民友 × ふくしまFM × 福島県



非常時の寒さに備えて!

非常時に役立つ軽量なブランケットです。かける、巻く、かぶると3役を果たし体温を逃がさず保温することができます。コンパクトに折りたたむことができるので、携帯に便利です。

アイリスオーヤマ 非常用保温アルミシート

JTH-1321 798円(税込877円)

非常用保温アルミシート 厚手型

JTH-1419 1,480円(税込1,628円)

※専用ポーチ付き

非常時に役立つ軽量な保温アルミシートです。寝袋タイプなので、風などが吹き込みにくく体を覆います。コンパクトに折りたたむことができますので、携帯に便利です。

アイリスオーヤマ 非常用保温アルミシート 寝袋型

JTH-1020 1,280円(税込1,408円)

DAIYU HOME CENTER

8ダイユーエイト



私たちは #イイソナエキャンペーンに
協賛しています。

「地域をつなぎ、地域とつながる。」

あなたに、バスト・ウェイ。



東日本高速道路株式会社

BATTERY
SOLUTION

バッテリーテクノロジーで、もっと自由な未来へ。



東洋システム株式会社
TOYO SYSTEM CO.,LTD.

〒972-8316 福島県いわき市常磐西郷町銭田106-1 TEL.0246-72-2151/FAX.0246-72-2152

家が揺れても、
人生は揺らがないように。

地震への備えは、万全でしょうか。
建物はもちろん、家財の被害にも備えておくと、
日常を取り戻すのに役立ちます。

「共済」は「助け合い」。
地震などの自然災害が
多発するなか、
真価が発揮されています。

建物再生共済
むてきプラス

建物再生共済
My家財プラス

くらしの保障、相談するなら JA共済

※ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。
■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>

24079990216



masico

りりこ

Reform & Renovation Community

増子建築工業

〒963-8061 福島県郡山市富久山町福原字東内打5-1 TEL.024-933-0301

