防災だより

# 赤色灯

第５４号

赤色灯の淵源（えんげん）

『自分たちの町は自分たちの手で守る』という住民自治の基本理念を掲げ、平成元年の発刊以来地域住民の一人ひとりの防災意識の向上を目的に広報紙赤色灯を発行してまいりました。

今後とも市民の皆さんが安全に暮らし安心して子育てができる街づくりの実現に向け活動してまいります。

**発 行　釧路市中央地域自主防災組織等協議会**

**「赤色灯」は防火・防災パークゴルフ大会、防火ダンスの益金等で発行しています。**

**問合せ先** ＜事務局＞　釧路市南浜町４番８号
釧路市中央消防署予防広報査察係　TEL２３－０４３０

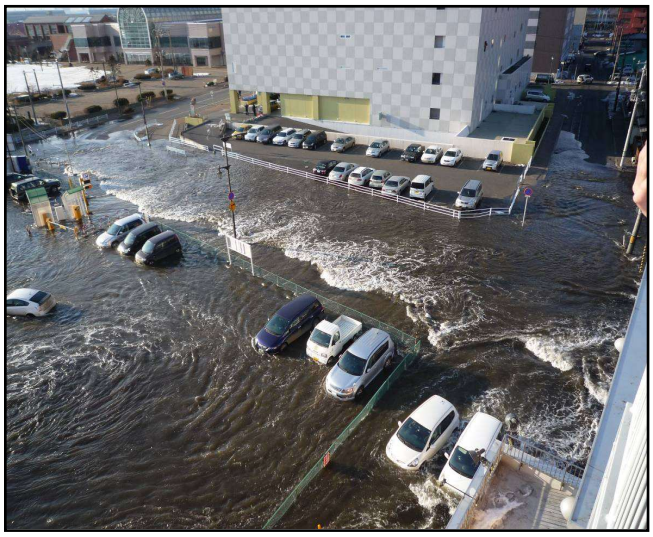
## 正しく恐れる

## 津波災害を防ぐための七か条

１　正しい情報を知る！
２　小さな揺れでも油断しない！
３　津波のスピードは速い！
４　津波は繰り返しやってくる！
５　安全な高いところへ避難する！
６　海岸に近づかない！
７　河川に近づかない！



2011年(平成23年) 東日本大震災 津波被害（釧路市錦町）





# 今すぐできる　ローリングストックをはじめよう

大きな災害が発生すると、物流が止まりスーパーやコンビニで食品が購入しにくくなります。



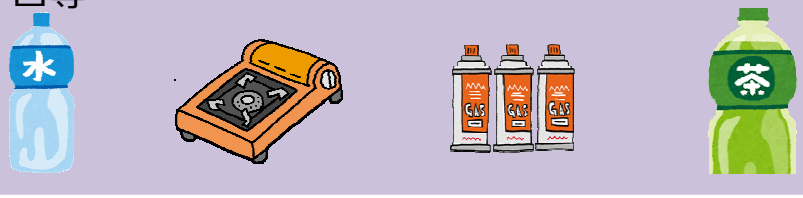

普段食べているカップめんや缶詰、インスタント味噌汁などを少し多めに買い置きし、賞味期限の古いものから消費し、食べたらその分を買い足すことを繰り返しながら一定量の食品を備蓄する方法です。

最低でも３日分、できれば１週間分を備蓄しましょう。

# 「備蓄品」 定期的に消費しながら賢く備蓄！

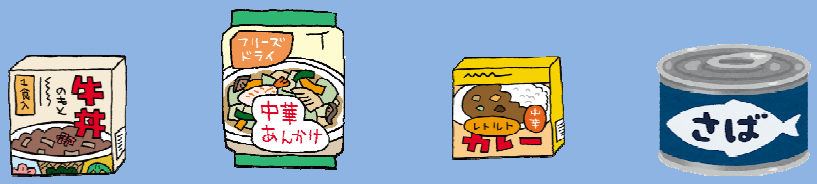
## 必需品

インフラが停止する可能性がありますので、水や熱源となるコンロ等



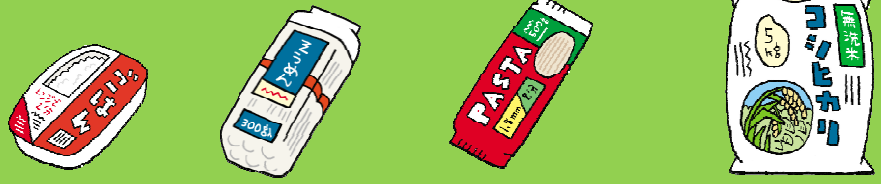

## 主菜

タンパク質をとれる長期保存が可能なレトルト食品等




## 主食

エネルギー源となる炭水化物




## 副菜と果物

ビタミン、ミネラル、食物繊維をとるための日持ちするのりや梅干、野菜、ドライフルーツ、果物の缶詰など




## その他

調味料やみそ汁、し好品など




**秋の火災予防運動実施**

**＜令和7年10月15日から令和7年10月31日まで＞**

**防火標語　「急ぐ日も　足止め火を止め　準備よし」**

# １１９番通報のかけ方



## 火災の通報

119番消防です。火事ですか？救急ですか？

火事です。

消防車を向かわせる住所を教えてください。

釧路市〇〇町〇丁目〇番　〇〇宅です。

何階建てで、どこから火が出ていますか。

2階建てで1階の台所から火が出ています。

避難の状況を教えてください。

全員避難済みです。

最後にあなたの名前と電話番号を教えてください。

名前は〇〇です。電話番号は〇〇－〇〇〇〇です。

消防車のサイレンが聞こえたら手を振って誘導してください。

※　安全な場所からの通報でないとき、避難を最優先にし、消防が聞きとる内容を変更する場合があります。



## 救急の通報

119番消防です。火事ですか？救急ですか？

救急です。

救急車を向かわせる住所を教えてください。

釧路市〇〇町〇丁目〇番　〇〇宅です。

〇〇さんは、どのような状況ですか。

目の前で急に倒れ意識がありません。

呼吸はできていますか。

呼吸もしていません。

意識・呼吸がないのであれば心臓マッサージを実施してください。やり方はわかりますか。

わかります。

心臓マッサージは救急隊が到着するまで続けてください。

わかりました。

最後にあなたの名前と電話番号を教えてください。

名前は〇〇です。電話番号は〇〇－〇〇〇〇です。

※　通報時、消防通信指令員が必要と判断した場合は心臓マッサージの実施を口頭でお願いしてます。