



防災ニュース 39号

～2022年防災訓練～

2022年11月
車返西防災委員会

2022年度防災委員会発足&防災訓練実施

会長 羽生道史

2022年度防災委員会会長を拝命しております10-501羽生で御座います。日頃より車返西防災委員会の活動にご理解とご協力を頂きまして誠にありがとうございます。本年度も新型コロナウイルス感染症の感染拡大により昨年同様、平常時の様な活動は中々出来ない状況ですが、新しい生活様式のもと出来る限りの活動を行なっております。そのような中で、総会で承認された活動計画を中心に有事を想定した防災訓練は安否確認程度の訓練しかできませんでしたが、役員による緊急時給水訓練、トランシーバーの使い方訓練等を実施いたしました。また、昨年度より進めている防災用具(用品)の斡旋も好評頂きました。今年度も引き続き各ご家庭で御用意頂きたい防災用品をご提案させていただきますので、有事に備え、是非この機会に必要な防災用品をお揃え頂くと共に、水や非常食の備蓄もお願いいたします。

今年も各地で甚大な被害が報告されておりますが、いつ起こるか分からない地震や風水害に対して、我々一人ひとりが、最大限の準備をしなければなりません。役員のみならず、会員(居住者全員が防災委員会会員です。)皆様との取り組みが必要です。

今後ともご協力の程、宜しくお願いいたします。



自助・共助・公助の「自助」

三街区は防災に対する意識も比較的高いのですが、災害時に炊き出しなどもすぐにできるとは限りません。日ごろから備えを行うことを忘れずに！

【自助】とは

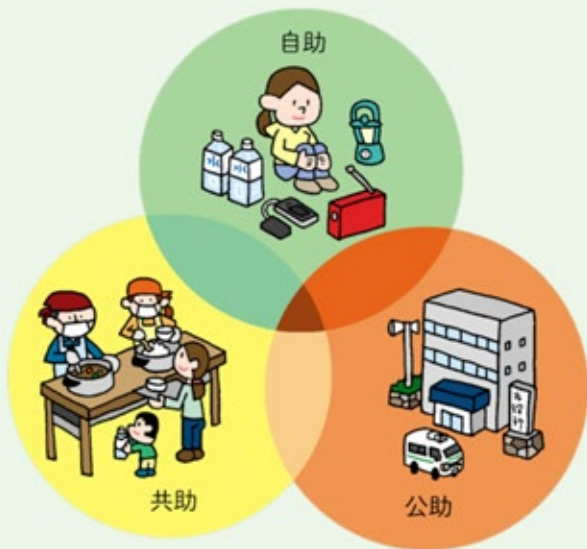
各家庭で日頃からいつ起こりうるか分からない地震等の災害に備え、災害時には自ら(家族)の生命は自らで守る事を言います。

【共助】とは

地域の災害時要援護者の避難協力など、地域の方々と協力し合い助け合って生命を守ることを言います。当住宅の防災委員会はここに当たります。

【公助】とは

自治体(東京都、府中市)や消防・警察等による救助活動や支援物資の提供など、公的支援のことを言います。



防 災

給水訓練

三街区では災害時を想定し、貯水槽（七号棟南側）から、直接取水できる設備を整えています。管理事務所に常置してある鍵で給水所に入り、給水管と給水蛇口を開けると水が出ます。今回の訓練でも、最初の濁り水が無くなるまで蛇口を開けると、きれいな飲料水が出る事を確認できました。全世帯が一定期間安心して給水できる、十分な貯水量が常に確保されています。



①ワイヤーロックを外し、バルブを回して、給水管の栓を開く。



②給水管の蛇口をひねる。



③濁り水が出なくなるまで水を流す。このあとの水は飲料用に使用できる。

トランシーバー取扱訓練

今回使用したトランシーバー(3台)は、府中市自治会連合会より2020年から防災用として無期限で貸与された物です。通信範囲は1.5km程度と余り強力ではありませんが、車返西住宅(三街区)内での使用及び近隣団体への連絡等には全く問題ありません。

当日は本部(1台)と交通整理班(1台)、及び応急給水訓練班(1台)との連絡に使用しました。30バンド(通信帯)の中から共通バンドを選択し、随時連絡を取り合い、無事に終了することが出来ました。



共通バンドに合わせる。トランシーバーは管理事務所会議室に保管してある。



機材が壊れていないか、操作に問題ないか。給水所から本部に連絡している。

発電機起動訓練



給水所前の倉庫から発電機を運んでいる。



ガス缶を発電機にセットする。



発電機を操作し、エンジンをかける。

昨年東京都や府中市の補助金で購入した2台のエネポ（ホンダ製）の起動訓練を行ないました。ガソリンエンジン式の発電機と違って製品自体が軽く、車輪も付いているので移動が楽です。起動についてもガスCB缶（卓上コンロで使用するサイズ）2本を燃料とするので、ガソリンに比べて安全性が高いです。

操作手順も

【ガス缶を所定の位置にセット→
缶をロック→
エンジンスイッチを運転に合わせ→
始動グリップを持ち→
コイルを勢いよく引っ張る】
これでエンジンがかかります。

ガソリンエンジン式に比べてコイルが軽いので、女性でも安全にエンジンを始動させることができました。実際の災害時にガス・電気が使えなくなったとしても、エネポを使いLED照明やスマートフォン（情報収集）の充電等に活躍してくれると思います。また災害以外のイベントにも積極的に使用（出店の扇風機の電源など）エネポが身近になることで災害時にも素早く使用できると思います。

訓練

実施日：2022/8/28

AED訓練

今年も、防災委員会では各担当部署に分かれて体験講習を行いました。
府中消防署是政出張所より中隊長以下3名の消防士さんにお越し頂き、「AED（受動体外式除細動器）」を実際に利用し「命を救う応急手当」の要領を、防災委員2名1組になり、丁寧に解り易くご講義頂きました。

私も実際AEDを利用した際の緊急応急手当は初めてでした。良い経験になり、緊急事態には積極的に行動したいと思っております。AEDは車返西三街区管理事務所入口に備わっております。是非ご確認ください。

次ページで、AEDの使い方を詳しく紹介しています！



クラッカー配布

全世帯にクラッカーを配布させていただきました。

クラッカーの配布は、災害時における「緊急救助用品等の配布」を想定し「棟世話人さん、階段当番さん」のご協力を得て実施しています。

クラッカーは「府中市に申請して貰い受け、備蓄しているもの」ですが、配布時には賞味期限がどうしても若干過ぎてしまいます。しかし、品質や安全面等に問題が無いことは、製造元に確認しておりますので、安心してご利用ください。



安否確認訓練

安否確認とは、災害などの際に、無事であったかの安否を確認するという意味です。地震や台風などの自然災害のほか、テロなどの緊急事態やパンデミックなど、想定外の災害が多発している現在、安否確認が重要視されています。組織的に安否確認をスムーズに行うには、あらかじめ安否確認情報の報告先や報告手段などを決めておく必要があります。

今回の総合防災訓練の安否確認では、おおむねできたと思いますが、まだまだスムーズな安否確認ができるように訓練の積み重ねが必要だと思いました。



安否確認ボランティアを常に募集しています。
未だの方はぜひ登録を！
（管理事務所まで受付けています）

防災用品展示会

今回の家庭用防災用品斡旋販売で人気のあった商品は以下の通りでした。
皆さんが備えておきたいと考えているのはやはり『水、食料、トイレ』ですね。

<商品別ランキング>

申込商品全体に占める比率

1位 スーパー保存水1.5ℓ（8本入り）	17%
2位 スーパー保存水500ml（24本入り）	10%
〃 トイレ用脱臭剤	10%

<種類別ランキング>

1位 保存食料 （アルファ米セットなど計8品目）	40%
2位 飲料水 （保存水1.5ℓサイズ、同500mlサイズ）	26%
3位 トイレ関連用品 （簡易トイレ、トイレ用脱臭剤）	24%



いざという時のために、
揃えてみませんか？



命を守るためにできること

参考資料：日本AED財団 作の小学校
安全教育副読本

AED（自動体外式除細動器：心臓救命装置）は一時的に止まった心肺機能を電気ショックによって蘇生させる重要な機器ですが、今回は、AEDを使う場面も含めた全体の流れとして、いざという時に私たちができる「命を守る」ための行動について考えてみたいと思います。

もし誰かが突然倒れたら・・・
まず、出来ることをしよう

救急車が来る前に
心肺蘇生をやってみよう



①反応を確認する
肩をたたきながら、
「だいたいどうですか？」
と声をかける。

②応援を呼ぶ
呼びかけても反応や返事
がない場合は、大きな声
で「誰か来て！」と人を
呼ぶ。応援が来たら
「119番に通報して」
「AEDを持ってきて」と
たのむ。

③呼吸の確認
倒れている人の胸やお腹の
動きを見て、「動きがない」
「呼吸がない」と判断した
場合は心臓マッサージ
（胸骨圧迫）をやってみる。

④心臓マッサージ
胸骨（胸の中央にあるかたい
骨）に両手を当て、強く押す。

⑤AEDを使う
AEDが到着したら、音声や
表示にしたがい落ち着いて
操作する。

<心臓マッサージのポイント>

「強く」・・・胸が5cmほどしずむまで、しっかり体重をかけておす
「早く」・・・1分間に100～120回のテンポで
「休まずに」・・・倒れた人が動き出すか、AEDまたは救急車が来るまで続ける
（疲れる前に他の人と交代しながら行うようにする）

いかがですか？1秒でも早い行動が命を守ります。
勇気をだして、まわりの人と協力しながら、自分に出来ることをやってみましょう！

三街区防災マップ

消火器は、各棟階段の2階と4階の他、
下記○の場所に府中市設置のものがああります。
いざという時にご活用ください。



AEDは管理事務所の入口前に
設置してあります。

防災訓練で使用したものとは
違うタイプの製品ですが、
基本的な使い方は同じです。
音声ガイダンスに従って操作
してください。



防災ニュースは、
自治会ホームページから
ダウンロードできます。
<https://kurumagaesi.com/>