

現在も、多くの方が、新型コロナウイルス感染防止対策をされていることと思います。

これから台風シーズンが到来し、地域に、あるいはご自宅に被害が出た場合人の密集空間である避難所に避難せざるを得ない可能性が出てきます。

風水害による被害を極力抑え、ウィルスへの感染を防ぐために、防災に関するご家庭の早めの対策、確認をお願いします。

備えておきたい資機材の確認



必要資機材、備蓄品の確認

- ・ラジオ、懐中電灯、非常食、飲料水、電池、常備薬、**コロナ対策セット**※
- ・ロープ、ブルーシート、土のう袋など・・・

ご自宅と周囲の点検



大雨、暴風が来たら、我が家でウィークポイントになるところはどこだろう？

屋根、塀の確認、家の周りに飛ばされやすいものはないか？・・・など

情報収集のためのツール確認



万が一のときは

早めの避難を！

- ・気象庁ホームページ、横浜市防災情報、避難情報ハザードマップの確認・・・など

※コロナ対策セット
マスク・消毒液・ビニール手袋
体温計など・・・

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴って求められている「新しい生活様式」(①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いや「3密(密集、密接、密閉)」を避ける)における熱中症予防行動のポイントは…

1 暑さを避ける

- エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- 感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの設定温度をこまめに調整
- 暑い日や時間帯は無理をしない
- 涼しい服装にする
- 急に暑くなった日等は特に注意する



3 こまめに水分補給を

- のどが渇く前に水分補給
- 1日あたり1.2リットルを目安に
- 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

2 適宜マスクをはずす

- 気温、湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす
- マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとったうえで、適宜マスクをはずして休憩を



4 日頃からの健康管理

- 日頃から体温測定、健康チェック
- 体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養

5 暑さに備えた体力作り

- 暑くなり始めの時期から適度に運動を
- 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

+ 熱中症の応急手当 +

- + 涼しい場所に移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる。
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風を当て体を冷やす。
- + 脇の下・脚の付け根などを冷やす。
- + 飲めるようであれば、少しずつ水分を取らせる。

自力で水が飲めない、意識がない場合は、
すぐに救急車を呼びましょう！

通電火災に要注意

いよいよ本格的な台風シーズンがやってきました。

台風や豪雨により停電が発生した場合、電気が復旧する際に火災（通電火災）が発生する危険があります。

以下のポイントに注意して、通電火災を防ぎましょう。

停電発生

通電火災を防ぐポイント

- ・停電中は電気機器のスイッチを切るとともに、電源プラグをコンセントから抜く。
- ・停電中に自宅等を離れる際はブレーカーを落とす。
- ・再通電時には、漏水等により電気機器等が破損していないか、配線やコードが損傷していないか、十分に安全を確認する。
- ・建物や電気機器に外見上の損傷がなくとも、壁内配線の損傷や電気機器内部の故障により、再通電から長時間経過した後、火災に至る場合があるため、十分に安全を確認する。
- ・煙の発生等の異常を発見した際は直ちにブレーカーを落とし、消防署に連絡する。



〒233-0003 横浜市港南区港南四丁目2番10号
横浜市港南消防署 電話:045-844-0119