

調布市地域包括支援センター

包括・仙川便り 2024.3

地域包括支援センター仙川は、65歳以上の方を中心とした相談窓口です。仙川便りでは、毎月さまざまな活動報告や知って得する情報をお届けします。

～春の火災予防運動～

令和6年3月1日（金）～3月7日（木）は春の火災予防運動週間です。春先は乾いた南風が吹きやすく火災が発生しやすい季節です。尊い命と大切な財産を守るために、どのような対策を取るべきか考えてみましょう。



住宅防火10の心得

- 調理中は、**こんろ**から離れないようにしましょう。
- 寝たばこは、絶対にやめましょう。
- ストーブの周りに、物を置かないようにしましょう。
- 家の周りを整理整頓しましょう。
- ライターやマッチを子供の手の届く場所に置かないようにしましょう。
- コンセントの掃除を心掛けましょう。
- 住宅用火災警報器を全ての居室・台所・階段に設置し、定期的な作動確認をしましょう。
- 寝具類やエプロン・カーテンなどは、防災品にしましょう。
- 万が一に備え、消火器を設置し使い方を覚えましょう。
- ご近所同士で声をかけあい火の用心に心掛けましょう。

調布消防署では、職員がご家庭に伺い防火防災に関わるアドバイスを行う「**住まいの防火防災診断**」を行っています。防火防災の「全35項目」をチェックして居住環境の改善にご協力します。

問い合わせ
調布消防署 地域防災担当
☎042-486-0119
(内線 311・321)



火災原因を確認し、1人1人が防火防災の意識を高めていきましょう！

主な火災原因

- 1位 たばこ
- 2位 放火（疑い含む）
- 3位 ガステーブル等

他にも目を向けるべき住宅火災の原因は配線器具と電気器機の火災です。近年増加傾向にある**スマートフォン**や**パソコン**、**モバイルバッテリー**など生活にかかせない電気機器に使われているリチウムイオン電池からの発火や電源プラグ付近の**ホコリ**からの発火にも気をつけましょう。

裏面クイズ回答

- 1位 水
- 2位 非常食
- 3位 トイレ
- 4位 カセットコンロ
- 5位 口腔ケアユニット
- 6位 ランタン
- 7位 体ふきユニット
- 8位 順位不同

調布 FM

ほっとインフォメーション 番組紹介

調布 FM とは、調布市を中心に地域と密着した情報をお届けする **コミュニティ放送局** です。また、緊急災害時は、地元の災害情報・避難情報などを番組の枠を超えて放送します。特別な機械は要りません。お手持ちの FM ラジオ「83.8MHz」でお聞き頂けます。福祉、教育など皆さんの暮らしに役立つお知らせやスポーツ・催しなどの情報を「ほっとインフォメーション」の番組で紹介しています。放送時間は **月曜日** から **金曜日** まで午後 1 時 30 分～、午後 4 時～、午後 9 時～と 1 日 3 回あります。2 月 13 日は調布市の **見守りネットワーク事業** について調布市包括支援センター仙川の田中職員がお話させていただきました。地域の情報収集に聞いてみてね！



耳から始める健康！

～聞こえの勉強会を開催します～

日時：3月22日（金曜日）
午後2時～3時30分

無料

場所：神代団地集会室
講師：株式会社 フジ医療器
認定補聴器技能者
宮入 栄美子さん



難聴とは？聴力と言葉を聞き取る力、認知症との関係、補聴器について、耳の体操など盛りだくさん！
ご参加お待ちしております。
申し込みは…包括支援センター仙川

☎ 03-5314-0030

～防災座談会開催 「在宅避難のススメ」～

2月17日に若葉地区協議会防災委員会主催の防災座談会を東部公民館で行いました。「在宅避難のススメ」をテーマに明治安田生命の職員さんにお話いただきました。1月の能登半島地震があった事でより防災意識が高まり30名以上の方が参加されました。包括支援センター仙川の地域ケア会議でも行った講座ですが、どなたが聞いてもわかりやすく、我が事として考えられる内容です。講座を聞いた後はマンションの住民向けに講座を行って欲しいなどリクエストがありました。テキストの在宅避難生活お役立ちグッズ10選クイズを載せました。→
順位つけてみて下さい！



回答は表面

位 カセットコンロ・ボンベ	位 新聞紙	位 からだふきウェットタオル	位 ラップ	位 非常食
位 ポリ袋	位 LEDランタン	位 水	位 口腔ケア用ウェットティッシュ	位 携帯トイレ

みなさまは優先順位をどのようにお考えでしょうか

問い合わせ先
地域包括支援センター仙川
〒182-0003 調布市若葉町 2-22-2
電話：03-5314-0030
FAX：03-5314-0031



☞ QRコードからバックナンバー
見られます！