

消火器の使い方

はじめに

自分の身の回りで
消火器がどこにあるか確認してください。

消火器の使い方

火元に運ぶ⇒ピンを抜く⇒ノズルを火元
に向ける⇒レバーを握る⇒火元に噴射

火災を発見したら周りに知らせてください

大きな声で人を集めてください。
ケガをしないよう身の安全を図ってください。

燃えている物体に噴射してください

炎ではなく、燃えている物体に噴射する。
炎から少し距離を取ってください。

火災の際の 119番通報

落ち着いて通報

火事です

住所 ※●●区××～

建物名

状況 ※煙が見えるなど

※電話を受けた者が順を追って確認します。

を伝える

聞かれた内容に答えてください

熱中症予防

暑くなる前から体を慣らしてください

体を動かす、汗をかく、etc・・・

体調を整えるようにしてください

自分の体調を知る、睡眠時間を確保する、
食事に気をつける、飲酒後は特に注意する
(脱水症状)、etc・・・

湿気、暑さ、直射日光等を避けてください

エアコンを適宜利用する、日傘等を活用する、
炎天下での行動をなるべく減らす、無理をし
ない etc・・・

こまめに水分と休憩を取ってください

異常を感じる前に意識して取ってください。

電気火災が多発

～電気火災が発生する原因をチェック～

コンセント周りのほこり（トラッキング）

清掃する、使わないものは抜いておく

接続不良（プラグが抜けるなど）

しっかり差し込む、定期的に確認する

短絡する、断線する

束ねて使用しない

家具などの下敷きにしない

電線がむき出しになったものは使用しない

過電流が流れる（容量オーバー）

使用方法（特に容量）をよく確認する

心臓マッサージ

～心臓が止まって倒れたら～

①倒れた人に声を掛ける

②119番通報する

③呼吸を確認する

④胸の真ん中を押す

- ・強く押す（5cm程度沈むくらい）
- ・絶え間なく押す

いざというときのために
応急手当を身につけてください

地震そのとき

地震時の行動

- ・身の安全を最優先に行動する
- ・揺れがおさまるまで様子を見る

地震直後の行動

火の元を確認・初期消火、落ち着いて行動、出口を確保、門や塀に近寄らない

地震後の行動

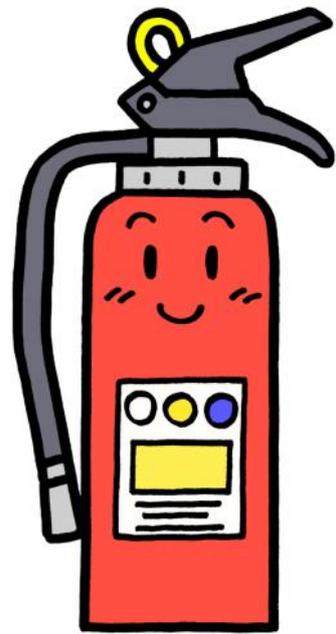
我が家と近隣の安否確認、協力し合って消火・救出・応急救護、情報収集、電気・ガスの元栓確認、ためらわず避難

地震その時10のポイント



9月

消火器の使い方



設置場所を確認!

① 火元に運ぶ

② ピンを抜く

③ ノズルを火元に向ける

④ レバーを握る

⑤ 火元に噴射

119番通報

※番号は「119」

- ・ 火事です
- ・ 住所 ※●●区××～
- ・ 建物名、火災の状況

よくある**火災**

～不注意による火災～

・火から目を離す

(寝てしまう、忘れる)

・油汚れや周囲の可燃物に着火する

★飲酒時は火を止める

★焦げたら火を止める

★調理中は火のそばに

★コンロを清掃・整頓



AEDを使う

⇒（日本語名称：自動体外式除細動器）電気ショックで心臓の動きを正常に戻すための機器で、救急救命に大きく貢献するものです

設置場所を確認

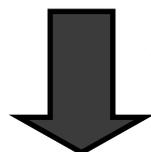
119番通報

蓋を開ける

電源を入れる

※自動で入るものもあります

案内に従い操作



詳しくは

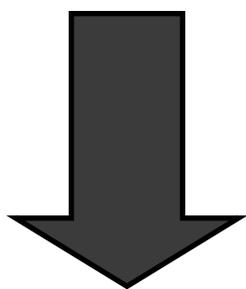
救命講習などで確認してください

AED 東京消防庁

検索

12月

空気が乾燥
火災が多発



火の元注意



人が倒れたら

周囲の安全確認

声を掛ける

助けを呼ぶ

※「××を着たあなた」と具体的に呼んでください

119番通報

※救命処置が分からなければ、電話で指示があります。

いざというときのために
応急手当を身につけてください

応急手当 東京消防庁

検索

2月

地震への備え

身の安全の備え

●家具類の転倒・落下・移動防止対策

家具類を減らす、動かないように固定する

●けがの防止対策

ガラスの飛散防止、スニーカー・懐中電灯など

初動対応の備え

自宅用の消火器を準備、使わない電化製品のプラグを抜く、持出用品を準備、etc・・・

確かな行動の備え

災害時の行動を頭に入れておく、地域の危険箇所を知っておく、防災知識を増やす、防災訓練などに参加する

地震に対する10の備え



3月