



平成29年8月27日発行(年4回発行) 東京消防庁企画調整部広報課 〒100-8119 東京都千代田区大手町1-3-5 電話:03-3212-2111(代表) ホームページ: http://www.tfd.metro.tokyo.jp

主な掲載内容 < 2・3面 > 地震その時10のポイント/ご自宅は大丈夫?家具転対策で命を守る! / < 4面 > 防火上安全安心な建物の目印「優マーク」/知ってください!消防団のこと/ Miniコラム /プレゼントコーナー

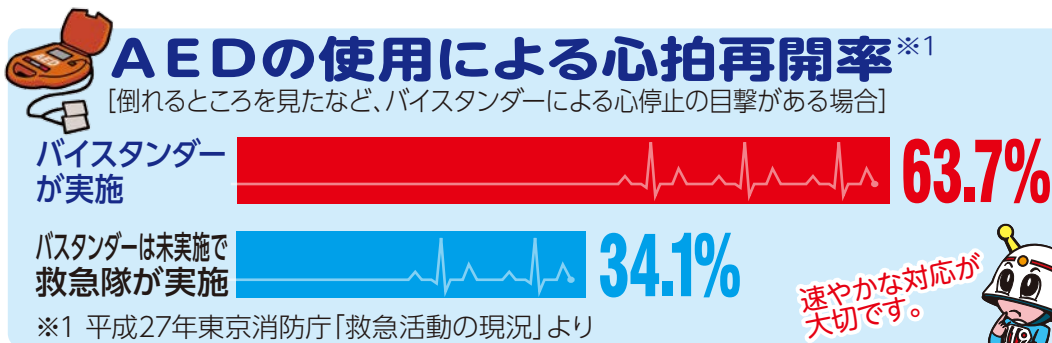


## 9月9日は救急の日

### 今できることが命を左右する【応急手当】

救急車の出動件数は、毎年増え続けています。しかし、救急車の数には限りがあります。近くの救急車が出動していると、遠くから救急車が出動するため、到着までに時間がかかることになります。緊急の事態に遭遇した場合、そこにいるあなたの助けが必要なのです。急な病気やけがなどの現場では、救急車が到着するまでのバイスタンダー(その場に居合わせた人)による応急手当が大切です。応急手当をその場で速やかに行うことは、大切な命を救います。ぜひ勇気を持って応急手当を行ってください。

そばにいるあなたの手が命を救う。



### 【応急手当】とは

胸骨圧迫(心臓マッサージ)、人工呼吸、AEDを用いた除細動(電気ショック)、気道異物除去、止血処置などのことです。

### 応急手当事例

### そばにいるあなたが最初の救急隊です!

学校で救命講習を受けた高校生が、突然スーパーで人が倒れた時に、講習で覚えた胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施、救急車が到着するまで胸骨圧迫を続け、呼吸と脈拍が回復しました。

小学校六年生の児童が、サッカーの練習中にボールを胸で受けた数秒後に突然倒れた。コーチとグラウンドに居合わせた人がそれぞれ協力し、119番通報、AEDの搬送、胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施し児童の呼吸と脈拍が回復しました。

### 救命講習で応急手当を学ぶ

応急手当の方法を学ぶ講習を開催しています。いざという時に、自信を持って手を差し伸べられるよう、講習を受講しましょう! 講習については、最寄りの消防署または(公財)東京防災救急協会へお問い合わせください。

救命講習を受けましょう!

(公財)東京防災救急協会  
■問合せ: TEL.03-5276-0995  
(平日9:00~16:00まで土日祝日を除く)

詳しくは、東京消防庁HP「救命講習のご案内」をご覧ください。



## 教えて! AED

### Q. 誰でも使えるの?

A. 資格は必要なく、誰でも使用できます。AEDは電源を入れると、音声メッセージなどで使い方を教えてくれます。操作は簡単ですが、いざという時に慌てず使えるよう、日頃から救命講習などで学んでおくことが大切です。

### Q. AEDを使って悪化させたらどうしよう?

A. AEDは、心臓の動きを機械が自動的に調べ、必要のない人には電気ショックを行いません。また日本では、善意で実施した行為に関して、責任を問われることはないと考えられています。







# ご自宅は大丈夫? 家具転対策で命を守る!

家具転対策とは、家具類の転倒・落下・移動防止対策の略です。

## けが・火災・避難障害の危険あり!! 家具類への地震対策お済みですか?

近年発生した地震で、けがをした人の3~5割は家具類の転倒・落下・移動が原因でした。大地震では、倒れた家具が出入口を塞ぎ、家具や本棚にある本などがストーブなどに転倒・落下して出火することもあります。また、高層階では揺れが大きく、家具類の移動も危険です。

地震発生時には、自分を守る「自助」のため家具転対策を実施しましょう。「自助」によりケガを防ぐことで、「共助」としてご家族や近隣住民の助け合いへとつながります。



詳しく解説しています!

## 家具転対策をしていないと起こる危険!

ケガ



火災



避難障害



### 家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック

安全な家具の置き方・効果的な転倒防止器具の取付け方等の対策をまとめたハンドブックです。思いついた時に、ご利用頂けるよう東京消防庁ホームページに掲載しています。



# 地震その時10のポイント

## 地震時の行動

## 地震直

# 地震だ! まず身の安全



揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。

丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

**[高層階(概ね10階以上)での注意点]**

高層階では、揺れが数分続くことがある。

大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。

身の安全を図ることで、けがを防ぐことができるだけでなく、地震後の避難や救出・救護などの行動に速やかに移ることができます。



## 落ちついて火の元確認 初期消火

火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。

出火した時は、落ちついて消火する。



## 窓や戸を開け 出口を確保

揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保する。





病院へ行く？  
救急車を呼ぶ？

迷ったら…

ネットでも！  
電話でも！

#7119

電話で相談 東京消防庁救急相談センター  
ネットでガイド 東京版救急受診ガイド



## 家具や壁に穴を開けられない場合の家具転対策があります！

家具転対策はネジを使用した固定方法が最も効果がありますが、家具や壁に穴を開けずに固定する方法があります。例えば、ストッパー式器具とポール式器具の併用によりL型金具のネジ固定と同様な高い効果が得られます。

また、家具の配置も重要です。通路や出入口付近寝室にはできるだけ家具類を置かないように配慮し、家具の向きにも注意が必要です。

対策器具を組み合わせる

ポール式 + ストッパー式 = 同様な高い効果あり!

壁に穴を開けずに簡単にできてよかつたわ!

L型金具で壁に直接固定 (上向き取り付け)

合わせ技で効果アップ!

### 安全な家具の配置

避難通路を塞がない配置

寝る場所等に倒れない配置

### 防災週間8/30(水)~9/5(火)

—「防災の日」9月1日—  
「防災週間」では、防災に関する各種行事や防災訓練が各地で行われます。この機会に地域の防災訓練に参加し、ご家庭や職場での災害への備えや対応について考えてみましょう。  
平成29年度防災週間ポスター

#### ワクワク防災体験教室!! ~親子で楽しく学ぶ防災対策~ 防災シンポジウム2017

親子で楽しく、ためになる防災体験!  
日時:平成29年9月16日(土)  
10:00~13:00(9:30分開場)  
場所:スクワール麹町  
東京都千代田区麹町6-6  
(JR四ツ谷駅麹町口徒歩1分)

### TOPICS

#### 観音開きの扉には、感震ラッチ等の扉開放防止器具を!



地震によって食器棚等の扉が開いた場合、皿などが飛び出して割れる恐れがあり、割れた破片などでけがをする危険性があります。観音開きの扉には扉開放防止器具や感震ラッチを設置すると安心です。

#### 感震ラッチ

大きな揺れを感知すると扉が開かないよう自動でロックします。

## 地震後の行動

突然、大きな地震に襲われたとき、私たちは適切な行動がとれるでしょうか? 東京消防庁では、近年の地震による被害状況や教訓等から、地震時・地震直後・地震後の行動についてわかりやすく解説した「地震 その時10のポイント」を推進しています。大きな地震が起きたとき、適切な行動がとれるよう確認しておきましょう。

### あわてた行動 けがのもと

屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。

瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。



### 火災や津波 確かな避難

地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。

沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。



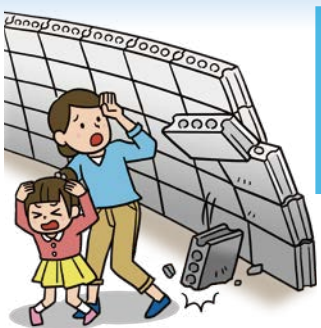
### 正しい情報 確かな行動

ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



### 門や塀には 近寄らない

屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



### 確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



### 協力し合って 救出・救護

倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。



### 避難の前に 安全確認 電気・ガス

避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。





# 防火上安全安心な建物の目印「優マーク」

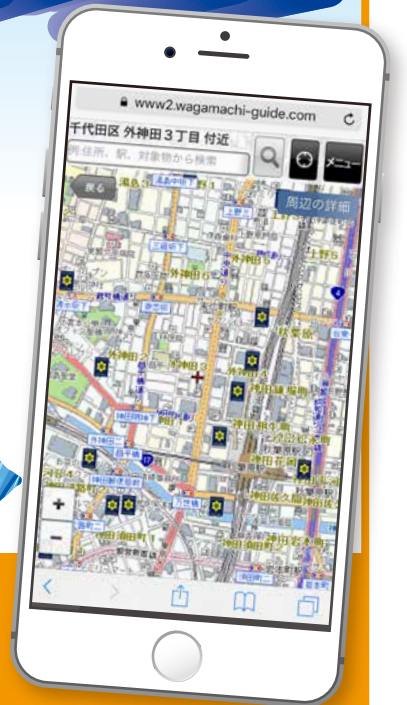


「優マーク」のある建物は厳しい審査をクリアし、法令の基準以上に高い防火安全対策に取り組んでいる建物の証しです。

優マーク  
(優良防火対象物認定証)



「優マーク」が認定されている建物を携帯・スマートフォンやパソコンから検索できます。



詳しくは、東京消防庁ホームページ「防火対象物の安全に関する地図情報」をご覧ください。

携帯用



スマートフォン



## 知ってください! 消防団のこと

地域防災力の要となるのが消防団です。災害活動・地域の防災行動力を高める活動・地域と連携した予防警戒・教育・訓練など防災リーダーとして地域に密着した活動を実施しています。

こんな制度もあります!

### 就職活動を支援する 特別区学生消防団活動認証制度

大学・大学院・専修学校及び各種学校などの学生が特別区の消防団員として消防団活動を行った功績を東京消防庁が認証し、「特別区学生消防団活動認証状」を交付する制度です。就職活動をする学生と社会に貢献してきた意識の高い人材を求める企業の両方を繋ぎます。



### 地域の防災に貢献する 特別区の消防団協力事業所表示制度

特別区の消防団に社員が入団しているなど、積極的に消防団に協力している事業所に対し東京消防庁が認定し、「消防団協力事業所表示証」を交付する制度です。表示証のある事業所は、積極的に消防団に協力し、地域の防災に貢献している事業所の証しです。



### 消防団員募集中!

消防団員は、特別職の地方公務員として処遇されます。

〈入団条件〉①年齢18歳以上の方②健康な方③消防団の区域内に居住、勤務又は通学している方  
〈問合せ先〉23区にお住まいの方は最寄りの消防署・消防団本部まで、市町村にお住まいの方は各市町村まで。

■詳しくは、東京消防庁HP「首都東京を守る消防団」をご覧ください。



多くの女性が活躍しています。



## MINI コラム 金曜コンサートのお知らせ

～お昼休みに音楽で憩いのひとときを～

東京消防庁音楽隊は、1949年に日本初の消防音楽隊として発足し、今年で68年目を迎えました。

日比谷公園小音楽堂で実施している「金曜コンサート」は、毎回趣向を凝らしたプログラムで、ランチタイムに楽しいひとときをお届けしています。

皆様のお越しを心よりお待ちしております。

### 「金曜コンサート」今後のスケジュール

- <日時>  
■9月1・8・15・22日 ■10月13・20日  
12時00分～13時00分(開場11時30分)
- <場所> 日比谷公園小音楽堂
- <問合せ先> 東京芸術劇場  
TEL.03-5391-2111

※雨天等止むを得ない場合は中止となります。  
※入場料・事前予約不要のフリーコンサートです。



## お楽しみプレゼントコーナー

ご応募いただいた方の中から  
抽選で119名様に「東京消防庁  
オリジナル コンパクトランタン」をプレゼント!!

〈応募方法〉ハガキに①住所②氏名③年齢④性別⑤職業⑥広報とうきょう消防をご覧になった感想をご記入のうえ、下記の宛先までご応募ください。

避難袋に入れておきたいコンパクトなランタン

※色は選べません。



コンパクトに収納できます。

〒100-8119 (住所不要)

東京消防庁広報課  
「広報とうきょう消防」編集担当

〈締切〉平成29年9月11日(月)必着  
(応募はお1人様につき1枚といたします。)

〈当選発表〉プレゼントの発送をもって発表といたします。

※応募の際にご記入いただきました個人情報につきましては、抽選及びアンケート集計事務にのみ使用いたします。

前回(第25号)プレゼントコーナーへのたくさんのご応募ありがとうございました。



たくさんのご応募お待ちしております!

