

# 消防宗像

## 大雨・台風に備えましょう

近年は大雨や台風等による災害が発生し、全国各地で大きな被害をもたらしています。今年も梅雨をむかえ風水害が多く発生する季節となります。今まで大きな被害がなかったからといって、油断は禁物です。

大雨や台風は、気象情報により襲来時期や規模をある程度予測ができ、テレビやラジオでも発表されています。常に最新の気象情報を確認し、風水害に備えましょう。

また、平常時にこそ、災害が発生した時に何が必要か、どのように行動すべきかを考え、準備することが大切です。日頃の備えを十分に行うことで、被害を軽減することができます。

### 家庭ではどんな備えが必要？

- 災害時の心得は、『自分の身は自分で守る』『自助』が基本です。それぞれの家庭では、水害に対して、どのような自らの備えをすればよいのか、そのポイントを紹介します。
- 市が発行している『防災マップ』で自宅や地域の水害リスクを知る
  - 家族で避難場所、避難経路を事前に確認する
  - 非常時の持ち出し品を事前に準備する
  - 家族が離れているときの安全確認の方法を決めておく



### 水害のおそれがあるとき、避難の注意点は？

- 気象情報や河川情報などに注意する
- 市が出す避難情報等、県が出す防災気象情報が発令されたら早めに避難
- 避難行動は浸水前に
- 避難時は隣近所に声をかけて集団で行動を
- 車での避難は危険
- 橋や川の近くは危険

詳しく知りたい方は



スマホ用二次元コード



### 警戒レベル3や警戒レベル4で安全・確実に避難しましょう

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報※1 (市町村が発令)
警戒レベル4 全員避難	速やかに避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急) ※2 (市町村が発令)
警戒レベル3 高齢者等は避難	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・高齢者等避難開始 (市町村が発令)
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等 (気象庁が発表)
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 (気象庁が発表)

※1 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令  
 ※2 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令

## 消火器の使い方は簡単！

もしも、住宅で火災が起きたら、消火器で初期消火をしましょう。初期消火には消火器が大変有効です。操作手順をしっかりと覚えましょう。



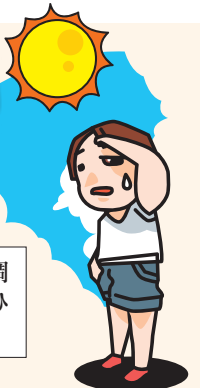
- 消火器の安全ピンを引き抜きます。
- 火元から3～5メートル程度離れ、ノズルを火元に向けます。
- レバーを強く握り、「炎」ではなく、「燃えている物」に直接噴射します。



## 熱中症にご注意ください

毎年この時期から熱中症になる人が増えています。宗像地区(宗像市・福津市)で平成31年4月から令和元年10月に熱中症で救急搬送された人は82人となっています。

※熱中症とは…体の中の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調整が働かなくなり、体温の上昇・めまい・頭痛などを引き起こし、ひどい時にはけいれんなどさまざまな障害が生じます。



### ●症状および重症度

めまい・立ちくらみ  
こむら返り・手足のしびれ

頭痛・吐き気・脱力感

意識障害・けいれん  
運動障害

低

症状が改善すれば受診の必要はありません

水分を自分で摂取できない場合や症状が改善しない場合は医療機関を受診してください

高

ためらわずに救急車を要請してください

### ●熱中症を予防するために

- 部屋の温度をこまめにチェックしましょう。
- エアコンや扇風機を上手に使いましょう。
- こまめに水分を補給しましょう。 □無理をせず、適度に休憩を取りましょう。
- 日頃から朝食をしっかりとり、バランスの良い食事と体力作りをしましょう。

### ●熱中症かなと思ったら

- 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせましょう。
- 飲めるようならスポーツドリンクなどの水分を補給しましょう。
- 体が熱ければ脇の下や太ももの付け根を保冷剤などで冷やしましょう。

※夏場のマスクの使用は熱中症のリスクを高めることとなります。マスクをしていると顔の半分ほどがマスクで覆われることによって熱がこもりやすくなります。このように熱がこもりやすく発散しにくくなっているのに加えて、マスクによる加湿で口の渇きを感じにくくなるため、熱中症に気づくのが遅くなり、マスクなしで過ごしていた時よりも熱中症になるリスクは高まると考えられています。こまめに水分補給をしましょう。

### お知らせ

#### 危険物取扱者試験 受験準備講習会

◎危険物取扱者試験の受験対策として準備講習会を実施。

●講習種類 乙種4類

●講習日時 9月25日(金) 午前9時～午後5時

●受付期間 8月24日(月)～9月24日(木)

●講習場所 消防本部

●問い合わせ 予防課

☎(36) 3080

#### 危険物取扱者試験案内

●試験種類 全種類

●試験日 福岡・筑豊地区

●試験日 10月25日(日)

●試験日 北九州・筑後地区

●試験日 11月1日(日)

●願書配置予定 8月6日頃

●願書配置予定 8月6日頃

●願書受付 8月25日(火)～9月7日(月)

●会場 北九州(未定)  
福岡(九州産業大学)  
筑豊(福岡県立大学)  
筑後(未定)

#### 拍子木貸出のご案内 「秋季火災予防運動期間」

●貸出用途 防火夜回り

●貸出日 11月1日(日)～

●受付期間 10月1日(木)～10月31日(土)

●貸出場所 消防本部

●問い合わせ 予防課

☎(36) 3080

#### 甲種防火管理新規講習会

●講習種類 甲種防火管理講習

●講習日時 10月21日(水)～10月22日(木)

●受付期間 9月23日(水)～10月20日(火)

●定員になり次第、締め切らせていただきます。

●講習場所 消防本部

●問い合わせ 予防課

☎(36) 3080

#### 救命講習及び救急講習について

現在、新型コロナウイルス感染症への対応として、救命講習及び救急講習の開催を見合わせています。講習の再開が決定しましたら、消防本部のホームページでお知らせします。



救急車が必要か迷ったとき  
医療機関がわからないとき

救急車の利用や最寄りの医療機関についてアドバイスします。

福岡県救急医療電話相談事業

#7119

24時間受付 年中無休

#を押して7119 または 092-471-0099