

令和8年2月1日

# ふれあい通信


第431号

発行

社会福祉法人  
姫路市社会福祉協議会  
姫路市安田三丁目1番地  
姫路市総合福祉会館内

TEL 079-222-4212

FAX 079-222-4256

ひとくちメモ 

## 確認しましょう！住宅防災

日本の災害発生数は増加傾向にあります。とくに、日本は地震が非常に多い国で、世界で発生するマグニチュード6以上の地震の約20%が日本周辺で起きています。

将来的に発生するとされている南海トラフ地震なども含め、家の防災対策をしておく必要があります。



## 今からできる！家の対策



### ・家具の固定

背の高い家具や家電は、L字金具やワイヤー、突っ張り棒などを使い壁や天井に固定しましょう。

### ・落下物の防止

高い場所に花瓶などを置かないようにし、重いものは下に置きましょう。



## ・避難経路の確保

玄関や通路には、倒れてくる可能性のある家具や物を置かないようにしましょう。

## ・非常持ち出し品の準備

避難時に持ち出せるように懐中電灯、ラジオ、飲料水などを準備しましょう。

## ・備蓄品の準備

食料や水は、最低7日分を想定して準備しましょう。

## ・保管場所の管理

非常持ち出し袋は、避難経路の途中、玄関近くに置くのが原則です。

### 1. 火災時の正しい避難方法は？

- ① 姿勢を低くして逃げる
- ② 窓際に立ち上がる
- ③ エレベーターを使用して逃げる

### 2. 住宅用消火器の一般的な使用期限は？

- ① 1年
- ② 5年
- ③ 10年



答えは一番下に  
あります！

### 福祉総合 相談

専門のワーカーがさまざまな福祉問題をお聞きし、解決に向けてお手伝いをします。

### 介護サービス 相談

介護保険サービスを利用するための申請から、サービスを利用できるまでを全面的にお手伝いします。

ご相談は・・・

姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地

姫路市総合福祉会館内

フリーダイヤル(受付時間:8:35～17:20)

**0120-208-606 (通話料無料)**

ケアプラン、ホームヘルパーのご相談・ご依頼は

姫路市社会福祉協議会

すこやか介護支援センター

〒670-0954 姫路市栗山町151-2

フリーダイヤル(受付時間:8:35～17:20)

**0120-108-999 (通話料無料)**

答え: 1. ① 2. ②