

NEW

エンチャー4

No. 3 発行日 2020.7.6

さあ、いよいよ夏のはじまりです！！

暑さに負けない身体作りも大切ですが、ここ最近では大雨による災害も油断できません。

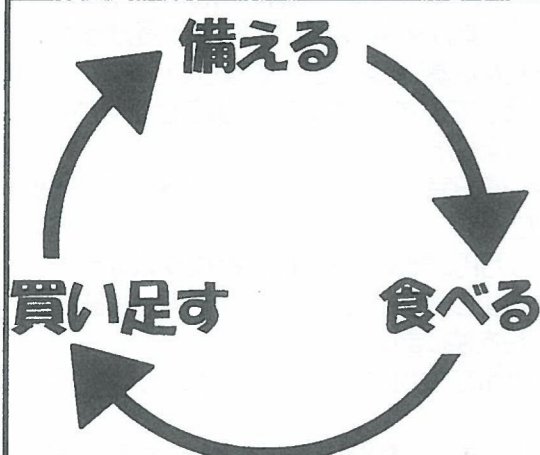
“備えあれば憂いなし”です。

日頃から、『万が一の時』について、考えておきましょう。



ご存じですか？

ローリングストック



長期保存可能な食品といっても、賞味期限があります。いざという時、期限が切れていては、『備え』とはいえません。備蓄品を消費し、新しく買い足す。これを定期的に行うことをローリングストックといいます。

毎年、〇月〇日！って決めて、備品のチェックをしようかしら。合わせて、避難場所・ルートの確認をすれば、防災にも賞味期限のチェックにもなるわ！食べることで味の確認ができるし、非常時でも美味しい食事が出るかも！子どもが食べられるかどうか、把握できるし、いいかも♪

備えにお勧め商品

調理の必要なし♪

冷めたままでも美味しい
レトルカレー

長期保存水
約5年間

缶詰

鶏ささみ
フレーク

不足しがちな
タンパク質の摂取に

卓上コンロ

ストレス軽減や
ビタミンの摂取に

フルーツなど

GAS GAS

★点検を！
サビがないか、

～被災者の方のお話です～

昨年8月28日 武雄での豪雨



昨年の8月末の豪雨で、ご自宅が床上浸水被害に遭われた方にお話を伺いました。よろしくお祈りします。



あっという間に浸水する、と聞きますが、家具・家電を避難させることは難しいですね。どのようなことが一番大変でしたか？



元の生活に戻るまでには、思っている以上に時間とお金がかかるんですね。被災されて、備えなど何が必要だと思われましたか？



災害“時”の備えは、万全ですが、災害“後”の生活に備えることは考えていなかったです。何となく入っている災害保険や車保険も補償内容を見直す必要がありますね。

万一の住まいのリスクに備えましょう
ご家庭の保障の見直しも！！

修学旅行に行きたいプロジェクト宣言

1. 手洗いや、こまめな喚起を心がける
2. 人が多く集まる場所に行かない
3. むやみに外出しない
4. 感染した人への差別をせず、偏見をもたない
5. 新型コロナウイルス感染症について学び、正しい知識を深める

「修学旅行に行きたい」という思いを行動にうつし、これからの学校生活が安心して送れるように、一人一人が「自分の意志」で行動を変えていくことが必要です。そして新型コロナウイルス感染症の終息に向けて、今、私たちが出来ることから始めいくことを宣言します。

唐津市立錦中学校生徒会のみなさんの活動です
安心して笑顔で過ごせる日常を取り戻すために、いま出来ることを始めましょう…継続しましょう…



午前 4:30 頃、玄関に水が浸入していることに母親が気づき、父を起し、とりあえず靴を高い所に置きました。その後、どんどん水が増すので、応接テーブルに小物などを避難させ、畳は、はがして机の上に置きました。最終的には、僕の胸の高さまで浸水し、初めて、家の中で長靴を履きました。とりあえず、家族で2階に避難しました。1階から、ガチャガチャと音がして、食器棚やタンスが浮力で倒れる音でした。その後、堤防が決壊する可能性があるため、強制避難となり、救助ボートに乗り、近くの施設に避難しました。なかなか水が引かず、自宅に戻れたのは翌日でした。

自宅に戻ると、倒れた家財でグチャグチャ。下水が混ざった泥水で、強烈な臭いがしました。本当に酷い状況でした。畳は、水に浸かってしまいダメになり、丸1日水に浸かっていた床板も腐敗するため、張り替えることになりました。知り合いの方に手伝っていただきながら、僕も仕事を休み、ひたすら片づけをしました。復旧には、約3か月。復旧完了のサインは、新しい畳です。ホッとした気持ちでした。ただ、費用は〇〇〇万円。車は、2台が廃車となりました。備えですが、非常食はもちろん大事ですが、車の浸水被害に備えた保険の必要性を感じました。また、避難時には近所の方の把握も必要で、救助時の大切な情報になりました。あとは、モバイルバッテリーも役立ちます。情報を得るためや連絡のために、結構、スマホを使いました。

作ってみました♪

おしものときに役立つ!! 防災スキング

お袋で白ごはんを炊こう

1人分

材料 米 100g 食品用で
水 150g 高密度ポリエチレン製を
半透明のビニール袋 使ってね

作り方

① 1:1.5 空気を入れてしっかり結び 30分以上浸水

② 鍋にたっぷり水を入れ沸騰したら①を入れ弱～中火で15分煮たら15分蒸らす(17分) ビニールが鍋底につかない事 — できあがり —