SAIBOUニュース
2019年11月　NO.217

本　　社　〒337－0004
さいたま市見沼区卸町2－6－15（卸売団地）
☎（048）687－3131
FAX（048）687－2001
http//www.saibou.co.jp/
e-mail:saibou@saibou.co.jp
東京支店　〒110－0015
東京都台東区東上野２－11－15
☎（03）5812－5041・FAX（03）5812－5042

秋の全国火災予防運動が実施されます

11月９日～15日　火災警報器設置を徹底、放火火災抑止も盛り込む

全国火災予防運動は、空気が乾燥し、火災が発生しやすい春と秋の年２回に行われています。令和最初の秋の火災予防運動は、11月９日から15日までの１週間実施されます。2019年度の全国統一防火標語は、「ひとつずつ　いいね！で確認　火の用心」です。火災予防に対する意識を持つことで、火災による悲惨な事故や貴重な財産の損失を防止するのが全国火災予防運動の目的ですが、最近は、特に高齢者を中心とする死者の発生を減少させることに力点を置いています。

重点項目は例年通り、①住宅防火対策の推進、②乾燥時及び強風時火災発生防止対策の推進、③放火火災防止対策の推進、④特定防火対象物等における防火安全対策の徹底、⑤製品火災の発生防止に向けた取り組みの推進、⑥多数の者が集合する催しに対する火災予防指導等の徹底、となっています。

住宅防火対策では、住宅用火災警報器設置の徹底、住宅用消火器やスプリンクラー設備などの設置を積極的に推進します。住宅用火災警報器の義務化で住宅火災による死者数が減少し効果が現れていますが、令和元年６月時点の調査では、未設置の世帯が約２割、各市町村の火災予防条例通りに設置されていない世帯が約３割にのぼります。また、動作確認を行った世帯の約１％で電池切れや故障が確認されています。こうしたことから、消防庁では、この火災予防運動の期間中に定期的な点検の実施促進、故障した本体の交換の徹底などを呼びかけています。

この他、高齢者の世帯に対しの訪問診断を実施、ホームヘルパーや民生委員など福祉関係者、女性防火クラブ員などに向けての知識の普及、協力を働きかけていきます。また、京アニ放火火災を受けて、ガソリンを用いた放火火災の発生抑止のため、ガソリンスタンドにおけるガソリンの容器への適切な詰め替え販売の徹底も盛り込まれています。

住宅防火いのちを守る７つのポイント

３つの習慣

○寝たばこは、絶対にやめる。
○ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
○ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

４つの対策

○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
○寝具や衣類からの火災を防ぐために、防炎製品を使用する。
○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を備える。
○お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

火災予防運動期間中は、地域ではさまざまな火災予防のイベントが開かれます。これらの行事に積極的に参加して、火災を未然に防ぎましょう。

統一標語
「ひとつずつ　いいね！で確認　火の用心」

小規模飲食店に消火器の設置義務化へ

本年（令和元年）10月１日法令が施行され、これまで延べ面積150m^{2}以上の飲食店は消防法令により消火器の設置が義務付けられておりました。今回の改正により、「火を使用する設備、又は器具を設けたもの」には、延べ面積に係わらず、消火器の設置が義務付けられました。

ちなみに、東京都内では飲食店に限ってみると、火災件数が過去10年間、毎年300件前後で推移しています。火事を出さないように、消火器を設置しましょう。

働きバチは日本のサラリーマンより働く？ ガリバーはどうして日本に立ち寄った？

問１　今年４月、エーゲ海に浮かぶサルデーニャ島で巨大な人間の顎の骨と歯が発見され、話題になりましたね。いわゆる巨人の骨といわれるものはこれまでアメリカ、イラク、ブルガリア、エクアドル、エジプト、そして日本でも発見されており、世界各地に“巨人伝説”が残っています。古代に３～７メートルもある巨大な人間が存在したという、その真偽はともかくとして夢のある話ですね。巨人といえばおなじみの「ガリバー旅行記」。同作品が発表されたのは1726年のことで、日本は江戸中期で、もちろん鎖国の時代です。ところが、この「ガリバー旅行記」には、小人国、巨人国などの架空の国に混じって、ガリバーが立ち寄った先として日本が登場します。作品では「エド」「ナガサキ」「フミエ」などの言葉が出て来て、日本に関する記述はかなり詳しいのです。日本を訪れたこともない作者のスウィフトは、なぜ日本を知っていたのでしょうか。

問２　労働とは、単純にいえば「体を使って働くこと」。ビジネスの一般的意味では、「賃金や報酬などを得るために働くこと」となります。そういえばいま、「働き方改革」が叫ばれ、働くことの意味が問われていますね。働き方改革とは、“一億総活躍社会”実現に向けた、労働環境を大きく見直す取り組みのことをいいます。長時間労働の常態化やそれに起因する過労死、非正規労働者に対する不合理な待遇差など多くの問題があり、その解決策が働き方改革です。なかでも労働の長時間化の是正が必要とされ、時間外労働にメスが入ることとなりました。かつて“働きバチ”といわれた日本のサラリーマン。IT時代のいまでも長時間労働の状態が続いていることになりますが、働き方改革で働く時間が少なくなれば、いよいよ働きバチから脱却できる？　では、働きバチは実際には、どのくらい長時間労働をしているのでしょうか。

問３　恐いものに出合った時、思わず後ずさりした経験は誰でもあることでしょう。また、犬や猫を叱ると、彼らは思わず後ずさりすることがありますね。このように人間はもちろん、犬や猫など動物は後ずさりできますが、動物のなかでも例外があるのをご存じですか。そうオーストラリアにすむカンガルーです。カンガルーは大地をピョンピョン飛び跳ねて器用に見えますが、実は、後ろに跳ぶことはできません。そこでオーストラリア海軍では、敵に後ろを見せることなどありえない、という心意気を表す象徴として、このカンガルーをシンボルマークとしています。ところで、カンガルーの他に動物の中で後ずさりができない動物がもう一種類いるのですが、それは何でしょうか。

知ってて知らない「体」の常識

答えは４めんにあります

ワンポイント＋（プラス）健康法

会社でも自宅でもできる！

⑤④ ―― メタボ対策

椅子に座ったままで痩せる！「足浮かせ」運動で内臓脂肪を減らす

今回は、食べ過ぎや飲み過ぎと運動不足の日々を続けている男性のメタボ解消法について。暴飲暴食の結果、気づけばお腹はぽっこり。一念発起してダイエットを始めても長続きしませんね。そこで、座ったままでできるお腹ヤセ健康法を紹介しましょう。

ぽっこりお腹は、お腹の内臓のまわりの脂肪である内臓脂肪が多くつき過ぎた状態であり、腹筋運動とウオーキングや水泳、自転車などの長時間続けることのできる有酸素運動を組み合わせることが

防災、色のバリアフリー化を促進へ

政府の推進本部、地震地図を見分けやすく

政府の地震調査研究推進本部の発行する「全国地震予測地図」は、日本列島内の地震危険度を色で示していますがこのほど、全国で300万人以上といわれる色覚障害の人にも分かりやすくするため、作り直すことを決めました。災害発生後の情報については、気象庁が同様の取り組みを始めていますが、同本部は、防災に関連する情報で「色のバリアフリー化」を順次進める方針です。

地震本部は、色覚障害者が見分けにくい緑と赤の混在を避けるため、緑色の使用をやめ、見分けやすい９色のうちから選んで使うことにしています。予測地図は、国や自治体防災計画の基本となっていますが、市民が手にする資料などにも、こうした色使いが広まることになります。

さらに、地震に限らず台風や火山噴火などの自然災害全般にも適用すべきだとの声も出ています。

地図では、最高の危険度は赤紫、最低は薄い灰色で示します。緑や黒は使用しません。例えば、赤と赤紫を混ぜたような色があると紛らわしくなるため、グラデーションはできるだけ使いません。

防災情報を出している他の政府機関の色使いも参考にします。大地震の際に気象庁が出している震度情報のホームページ上での色分けは、最も強い震度７を赤紫とするなど９色を採用しています。色のバリアフリーに配慮し、赤と緑の混在を避けています。地震本部の地図などは、赤や黄色を多用する傾向がありますが、危険度の示し方は図によって微妙に異なります。このため、色使いのルールを統一し、バリアフリー化と分かりやすさを追求します。

「スロー地震」多発域で断層破壊防ぐ、南海トラフも可能性

東日本大震災の巨大地震は、断層が非常にゆっくり滑る「スロー地震」と呼ばれる現象の多発域で、断層の破壊が止まっていたことを、京都大防災研究所などの研究チームが突き止め、米科学誌「サイエンス」電子版に発表しました。

スロー地震は、海溝型地震を起こすプレート（岩板）境界の断層が揺れを感じないほどゆっくりと滑る現象。巨大地震の発生域近くでひん繁に観測され、関連性が注目されています。研究チームは、スロー地震の多発域では、何年もかけてゆっくりとエネルギーを解消するため、バリアーとして機能した、とみています。巨大地震が想定される南海トラフでも、想定震源域の周辺でスロー地震の多発域が確認されており、同様に断層破壊が広がるのを防げる可能性がある、としています。

有効です。

これに加えて、椅子に座ったままでできる運動法を実践しましょう。ポイントは、お腹にしっかりと力が入るように、浅く腰をかけて行うことです。

具体的には、まず「足浮かせ」の運動があります。①椅子座面のヘリを両手でつかむ、②両足を直角に曲げた状態のまま上げて、床から足を浮かせる、③一定の時間その姿勢を保った後、足をゆっくりと下ろして床につける。足を浮かせる時間は約５秒から始めて、だんだん長くしていくとよいでしょう。

次に「上半身倒し」。①両足を床につけて肩幅に開き、手を太ももの上の乗せて、あごを引く、②上半身をゆっくりと後ろに倒し、背もたれに当たる寸前の状態で止める、③その姿勢を１分間保った後、ゆっくりと元の状態に戻す。

これならいますぐにでも始められますね。 （つづく）

防災ニュース

平成30年の火災の状況

依然多い住宅火災による高齢者の死亡

総務省消防庁は、「平成30年（１～12月）における火災の状況」（確定値）をまとめ、公表しました。平成30年の火災の状況は、前年と比較し総出火件数、火災による死者数ともに減少しているのが特徴です。

概要をみると、まず「総出火件数」は３万7981件となっており、前年より1392件減少しています。火災種別でみると、建物火災が601件減少、林野火災が79件増加、車両火災が203件減少、船舶火災が３件減少、航空機火災が５件減少、その他火災が659件減少となっています。

次に、総死者数は1427人で、前年より29人の減少。負傷者は6114人で、前年より62人増加しています。

住宅火災による死者（放火自殺者などを除く）は946人で、前年より57人の増加となっています。このうち65歳以上の高齢者は668人で、前年より22人増加し、住宅火災による死者数の70.6％を占めています。

出火原因の第１位は「たばこ」で3414件。第２位は「たき火」の3095件、第３位は「こんろ」2852件となっています。以下、「放火」2784件、「放火の疑い」1977件の順となっています。なお、「放火」「放火の疑い」を合わせると4761件で全体の12.5％を占めています。多いのは東京709件、埼玉県399件、神奈川県350件、千葉県343件といずれも首都圏で高い割合を示しています。

住宅用火災警報器
取り替え時期を迎えております

住宅用火災警報器は、設置して
約10年が交換の目安です

住宅火災による犠牲者を減らすために消防法が改正され、新築住宅については平成18年６月１日から、住宅用火災警報器の設置が全国一律に義務づけられました（東京都では全国に先駆けて、平成16年10月１日から火災予防条例により、住宅用火災警報器の設置が義務化されています）。

住宅火災の防止に効果を発揮するこの住宅用火災警報器は、設置して約10年が交換の目安とされています。つまり、消防法改正で平成18年６月から住宅用火災警報器を設置した家庭では、既に取り替え時期を過ぎていることになります。住宅用火災警報器は取り替え時期を過ぎると、電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感知しない恐れがあります。万が一に備えて、早めの取り替えをおすすめします。

こんな場合は交換を！

電子部品の寿命で故障すると　**感知しません**

電池切れになると　**「ピッ」とお知らせ**

パナソニック製住宅用火災警報器には、専用リチウム電池の電池電圧が低下した場合、自動的に電池切れをお知らせする「電池切れ検出機能」があります。

電池切れ警報音が鳴り、作動灯（赤）が点滅して電池切れをお知らせします。

設置時期を調べるには

クイズのこたえ

問１　一説にガリバーのモデルといわれたのが、冒険的な船乗りで、三浦按針という日本名で知られた英国人のウィリアム・アダムズ。鎖国以前の日本を訪れた西欧人の記録を作者のスウィフトが読んでいて、アダムズの話もよく知っていたといわれています。

問２　働きバチは思っているほど働き者ではないとか。研究によれば、本当に仕事をしている働きバチは全体の53.3%。さらに１日の労働時間は平均6.68時間と公務員より短いそうです。うらやましいのは、働きバチの数が多く、年配のハチはやることがなくなってもクビにならないこと。サラリーマンより恵まれていますね。

問３　それはミミズです。ミミズは地中にアナを掘り進みますが、後ろに下がることはできません。そのミミズ、日本では最大で60センチほどですが、オーストラリアに住むミミズは、最大で何と3.5メートルもあるとか。

★