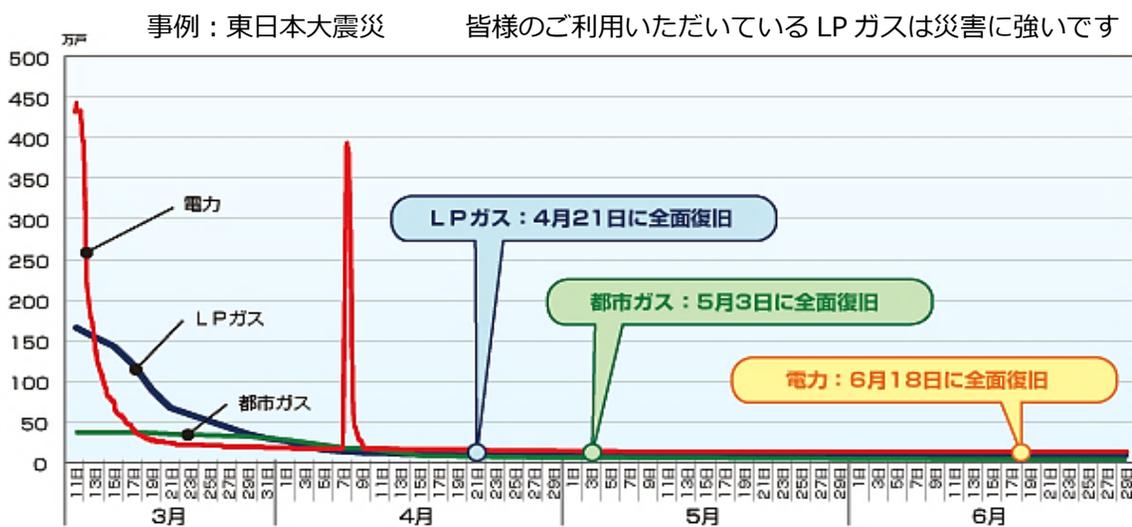


水・熱・米・くらしのパートナーショップ通信

今年も昨年同様よろしくお願いします
2025年1月号 NO.139 第二日曜日定休日

2025年は能登半島地震から1年、阪神・淡路大震災から30年を迎える年。防災の意識は年々高まっていますが、一人ひとりが自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合っ
て取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要だと言われています。その中でも基本となるのは「自助」、自らの命は自らが守る意識を持ち、一人ひとりが自分の身の安全を守る
ことです。特に災害が発生したときは、まず、自分が無事であることが最も重要です。「自助」に取り組むた
めには、まず、災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外において地震や津波などに遭遇
したときの、身の安全の守り方を知っておくことが必要です。また、身の安全を確保し、生き延びていくた
めには、水や食料などの備えをしておくことも必要です。



出典：経済産業省「東日本大震災を踏まえた今後のLPガス安定供給の在り方に関する調査」（平成24年2月）

東日本大震災で大きな被害を受けた岩手県、宮城県、福島県では、津波で建物が損壊又は流されてしまったもの等を除いて、地震発生後約3週間程度で大方のLPガスは復旧が完了し、都市ガス及び電力よりも早い時期に全面復旧を果たしています。

熱源を確保しよう 熱源を確保すれば災害時の食の選択肢が大幅に広がります

カセットボンベの予備はどのくらい必要なの!? 1人/1週間当たり、カセットボンベ約6本の備蓄が必要となります。

<水とお湯の重要性>

災害発生直後は、乾パンやビスケットなど開封するだけで食べることができる非常食を備蓄することが、これまでは行われてきました。しかし非常食を食べるには、飲料水が不可欠です。さらに、お湯を用意できればレトルト食品やカップ麺、袋麺、フリーズドライのスープ、パスタなど食べられる食品の幅を広げてくれます。

電気・ガス・水道のライフラインが絶たれた場合に備えて、水はペットボトルの飲料水、ガスはカセットコンロとカセットボンベ、さらに湯を沸かせるやかんや鍋など必要なものを用意しておきましょう。(農林水産省HPより引用)



部長の玉井です。普段使いも便利なカセットコンロをご紹介します。
電気式のホットプレートを使用していましたが、買替を機にガスボンベ式のこの商品を使用しています。
使ってわかるこの違い！仕上がりの違いは一目瞭然です。
直火なので鉄板が温まりやすく冷めないで焼きムラができないので、パンケーキの焼き上がりは感動です。
非常用にはもちろん、普段使いやアウトドアでも便利な商品です。

POINT 1
カセットボンベが燃料のガス式ホットプレート。
毎日の家庭料理に、ホームパーティーやアウトドアでも大活躍！

焼き上手さんβ ブラウン CB-GHP-B 14,100円(税込)
焼き上手さんβプラス ブラック CB-GHP-BPLS16,500円(税込)
(プラスは容器カバーがフッ素加工)

POINT 2
プレートを外して、カセットコンロとしても使える！



掲載忘れの11月、12月回答です。

11月号の回答

今月の回答

【ウラ面脳トレの答え】
13が余る

【ウラ面脳トレの答え】

12月号の回答

【ウラ面脳トレの答え】

- 競馬
- 標語
- 船頭
- 聡明

実は怖いヒートショック現象！みなさん対策されてますか？

ヒートショックとは急激な温度の変化により血圧が急激に上昇したり下降したりするため、心臓や脳に大きな負担がかかることがその要因です。
ご高齢の方や血圧の高い方は特に注意が必要です。

寒いお風呂・トイレは危険！ご自宅は寒くないですか？

現在の日本で、ヒートショックによる年間死亡者数が1万7千人とされています。
交通事故の年間死亡者数が約4千人に対して、その倍の人がヒートショックによって亡くなっているのです。

その事故原因としては、脳梗塞や心筋梗塞での死亡がもっと多く、事故の主な要因が「ヒートショック」にあるとされています。

トイレも風呂場と同じく、温度差が激しい場所です。

暖かい部屋から、寒い廊下を歩き寒いトイレに入ります。その時、私たちの体は急激な冷えにより血圧は急上昇しています。そんな血圧が上がった状態でトイレでいきむと、さらに血圧は上昇し脳梗塞や心筋梗塞を引き起こすケースもあります。

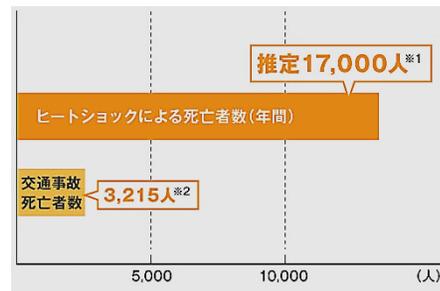
<ヒートショックによる事故を予防するための対策と入浴の方法の工夫>

- 窓ガラスの断熱対策と、脱衣所や浴室の暖房器具設置・予備暖房をする。
- 一番風呂を避ける、またはシャワーを活用したお湯はりをする。
- 日没前、夕食前に入浴する。
- 湯温設定を40℃以下、浴槽に浸かっている時間は5分以内にする。
- 食事直後、飲酒時の入浴を控える。
- 浴槽の水深を浅くしておく。
- 一人での入浴を控える。
- 入浴前にしっかりと水分を取っておく。

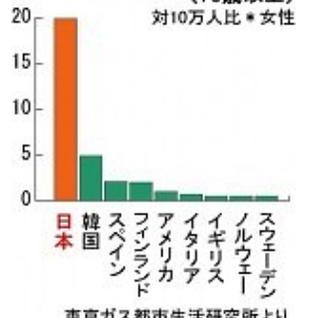
暖かい居室から寒い浴室へ



暖かい布団の中から寒いトイレへ



海外との浴室死者数の比較 (75歳以上) 対10万人比・女性



●浴室・脱衣場などの空間の広い場所にはガス温水式の暖房がオススメです。

15分で浴室は、約35℃までぐんぐんアップ！
頭から足元まで温度ムラが少なく、しかも運転の立ち上がりがとっても早いガス温水式。
入浴前にスイッチを入れ15分後、浴室温度が電気式は約13℃に対しガス温水式は倍以上の35℃に。

●トイレなどの狭い空間には人感センサー付きの壁掛けヒーターがオススメです。

遠赤外線で人を感知したら素早く温かくしてくれます。

御自宅にあったプランをご提案させていただきます。

おばあちゃんの知恵袋

「行楽の秋 ピクニックで使える 便利な「手洗い場」の作り方」

準備するものはペットボトルです。
ペットボトルの下の方に2~3mmの穴をあけます。穴を指でふさぎ、水を入れてからフタをしっかりと閉めます。
穴をふさいでいた指をはずし、ペットボトルのフタを緩めると、程よい量の水が出てきます。水はフタを閉めると止まります。
小さな穴を開けるだけで、ペットボトルが「簡易蛇口」に変身！
有事の際にも使える裏技です。

シリーズ 世界の偉人名言集

「時間を浪費するな、積み重ねなのだから。」

ベンジャミン・フランクリン アメリカの政治家・外交官・物理学者・気象学者。風を用いた実験で雷が電気であることを明らかにした。

チャレンジ！脳トレ

同じ段の隣同士の数字を足すと、ひとつ上の段の数字になります。
例を参考にしながら、空欄に数字を入れましょう。
答えはオモテに掲載しております。

【例】

32			
12	20		
4	8	12	
1	3	5	7

8	4	6	7

7		16	
2			9

17		14	
11			4

水・熱・米・くらしのパートナーショップ

玉井産業株式会社

松山市森松町 650-1
定休日：第二日曜日 TEL:0120-39-0065
ペイペイ・d払い・みきゃんアプリ 店頭決済可

