

# かしまだ包括 虹便り 第65号

1面：火災が多い季節の冬です。あなたの「火の用心」は万全ですか?  
2面：親の介護が始まる前に“親のいま”を知ろう！

## 火災が多い季節の冬です。あなたの「火の用心」は万全ですか？

冬は、一年で最も火災が発生しやすい時期であると言われています。空気が乾燥し、暖房器具を使う機会が増えることが主な要因です。ちょっとした不注意が大きな火災につながりかねません。今回は、冬場の火災予防のポイントについて確認していきましょう。

出典 川崎市消防局ホームページ

### 【電気火災】



- 電気製品は説明書通りに使用する。
- 電源コードが傷んでいる場合や、  
プラグが変形している場合は使用を控える。
- プラグはしっかりと差し込んだ状態で使用する。  
ホコリがたまっている場合は取り除く。

電気機器、配線器具、  
電灯・電話等の配線、  
電気装置から出火する  
火災が増えています!!

### 【たばこ】

- 灰皿には水を張り、確実に消火する。
- ポイ捨てはしない。



### 【ガスコンロ】

- 調理中は目を離さない。
- こんろの周りに燃えやすい  
ものを置かない。



### 【放火】

- 家の周りは整理整頓し燃えやすいものを置かない。
- ごみは決められた日の朝に出す。



### 【火事を見つければ！】

#### 発見

「火事だ！」と  
大声でまわりに  
知らせる



#### 通報

119番  
通報する

#### 消火

消火器や水バケツなどを使って  
初期消火をする

#### 避難

火災の現場から  
避難したら、  
絶対に戻らない

## 親の介護が始まる前に“親のいま”を知ろう！

働く世代の方は「いつか親を介護する日がくるかもしれない」と頭の片隅で理解はしていても「ちゃんと介護ができるのか？」と不安を抱える人は少なくないのではないでしょうか。

また、親世代も「なるべく自立してみたい、子どもに迷惑をかけたくない」と思っている人は多いと思います。

介護について話すきっかけが見当たらない時に活用できるツールをご紹介します。家族間で介護について考えを共有してみてはいかがでしょう。

### 【今、親のいまを知ろう。質問シート（10の質問）】

STEP 1	会話が 弾みやすい質問
STEP 2	いまの暮らしが 見えてくる質問
STEP 3	将来のこと に少しふれた質問

引用 日本財団ジャーナル  
ダスキンレントヘルス

- ① 今、一番好きな食べ物は？  
② 今、ハマっていることは？



- ③ 今、何時に起きて何時に寝ている？  
④ 今、一番やりたいことは？  
⑤ 今、行きたいところは？

- ⑥ 今、私と一緒にしたいことは？  
⑦ 今、私に教えておきたいことは？  
⑧ 今、私に教わりたいことは？  
⑨ 今、困っていることは？  
⑩ 今、私に助けてほしいことは？

質問シートには「親子間のコミュニケーションをとりましょう」という意味が込められています。何気ない日常から将来のことまで今のことの事を知るきっかけづくりにご活用ください。

### かしまだ地域包括支援センターのご案内

\*高齢者とそのご家族の総合相談窓口（無料）です。

\*来所、電話、訪問による相談をお受け致します。

（職員が不在なこともあります。来所の際には事前にご一報いただければ幸いです）

\*秘密は厳守します。 お気軽にご相談ください。

相談時間 月曜日～土曜日 9:00～17:00まで

〒212-0027 川崎市幸区新塚越201ルリエ新川崎6階

TEL: 044-540-3222

（鹿島田駅前のマルエツが入っているビルの6階です）

担当地域  
北加瀬・矢上  
鹿島田・下平間  
古川町・新塚越