



災害は、予告なく突然起こります。そのための対策として大切なことは、起きたときの対応策を前もって確認し合い皆で理解しておくことです。

マンションのような集合住宅の場合、全員が理解を統一しておくことがとても大切です。火災発生の場合

は、主に次のようなことが大切です。

- ① 避難経路の確認  
日頃から避難経路を確認しておきます。
- ② 指揮系統の確認  
主に役員が中心になり通報と避難誘導を行います。
- ③ 要介助者の確認
- ④ 消火方法、消火器の使い方の周知徹底

## 消火訓練 を行います

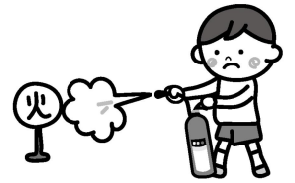
12月20日(土) 午前10時～

集合場所: 1階 集会室

## 多数のご参加をお願いします

主な内容は、火災通報や消火器を使った消火訓練です。

いざという時のために、ぜひ参加して体験しておきましょう。



### 暮らしのメモ帳

家庭の風呂場で溺死する事故が増えています。10年間で1.7倍、年間1万人を超えました。内92%が65歳以上の高齢者が占めています。原因の多くは、ヒートショックと呼ばれる、温度差による血圧の急激な上がり下がりです。

心筋梗塞や脳卒中に加え、脳梗塞や不整脈などのほか、意識を失い転倒して頭を打つ危険性があります。入浴の際は、室温をよく考え寒暖の差がないように気をつけましょう。

○脱衣所や浴室は暖かく、湯温は41℃以下に

○入浴時は家族にひと声かけて

○飲酒後の入浴は控える

○入浴前に血圧を測定

○若くても油断は禁物

## ベランダ、廊下にはモノを置かないで！ いざという時、ベランダ、廊下、階段は重要な避難経路

階段や廊下に私物を置く方はいませんが、ベランダ(庭)は部屋続きのため、ついでと置いてしまいがちです。ベランダは、共用部(専用として使える)です。いざという時避難のために通れるよう、大きな荷物などで塞がないようにしておきましょう。エアコン室外機や物干し、小物類などは大丈夫です。

## ルールとマナー(譲り合い)で、安心・安全 駐車場 ～皆様のお心遣いで秩序ある環境に～

日頃からルールを守り、お互いの心遣い・思いやりでご利用いただきありがとうございます。

「来客用」は、お客様専用の駐車スペースです。居住者の駐車はご遠慮ください。

ただし、荷物の積み下ろしや乗り降りのために短時間(20分以内)の停車には自由にご利用ください。

(注:「居住者も20分以内なら駐車できる…」ということではありません)

緊急車両等が入り出することも、重大な事故に関わることも懸念されます。年末年始は特に混雑します。居住者の安心・安全のため、できるだけ短時間駐車です。「来客用」は常時空いているよう引き続きご協力をお願いいたします。

「来週、大切なお客様が…、でも車を駐めるところがなくて困った…」 そんな時、管理事務所にご相談ください。管理員が対応し、代替え駐車スペースを確保できることがあります。(休日は、役員が同様の対応をします) なお、スペースは限られており、曜日や時間帯などの状況により確実に確保できるとは限りません。予めご理解をお願いいたします。なお、このような配慮は一泊二日を原則とさせていただきます。

