

東京駅前の焼け跡



## 2023年9月1日で、関東大震災から100年

1923年（大正12年）9月1日11時58分、神奈川県西部の北緯35度19.8分、東経139度08.1分、深さ23キロメートルを震源とする**マグニチュード7.9の地震**（大正関東地震）が発生しました。

この地震により、**埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、山梨県**で震度6を観測したほか、北海道道南から中国・四国地方にかけての広い範囲で震度5から震度1を観測し、**10万棟を超える家屋を倒潰**させました（当時の震度階級は震度0から震度6までの7段階でしたが、家屋の倒壊状況などから相模湾沿岸地域や房総半島南端では、現在の震度7相当の揺れであったと推測されています）

また、発生が昼食の時間と重なったことから、**多くの火災が発生し、大規模な延焼火災に拡大**しました。

この地震によって津波や土砂災害なども発生し、全半潰・消失・流出・埋没の**被害を受けた住家は総計37万棟**にのぼり、**死者・行方不明者は10万5千人**に及ぶなど甚大な被害をもたらしました。この地震によって生じた災害は、「**関東大震災**」と呼ばれています。

横浜海岸の焼け跡



9月1日の「**防災の日**」は、この震災を教訓として、災害を防ぐための知識や心構えを広く国民に理解してもらうことを目的に制定されました。大規模災害が発生した直後にはまず**何をすべきか、どう行動するのか**を話し合っておきましょう。

浅草本願寺境内



みんなで  
減災



生活にプラスあるふぁの安心を

## 株式会社あるふぁサポート

〒125-0063 東京都葛飾区白鳥 2-3-3



0120-558-491



0120-841-503



info@alpha-sp.co.jp



https://alpha-sp.co.jp



豆知識！

# 意外と知らない 災害時の行動のこと

## 3つの伝言方法

電話回線の混雑時、安否確認や緊急連絡等で役立つのが、3つの「災害用伝言サービス」

- ① 災害用伝言ダイヤル (117)
- ② 災害用伝言板
- ③ 災害用伝言板 (web117)

固定電話や携帯電話、インターネットを通じて伝言する音声の録音やメッセージの入力、再生・確認を行うことができます



## 「黄色いハンカチ作戦」

震度5強以上の地震が発生した時、「わが家は大丈夫」だから「他の人を助けて欲しい」という目印として、道路から見える場所に黄色いハンカチを掲げ安否確認を短時間に容易に行うもの。黄色やオレンジのタオルやTシャツでもOK!



## 「キキクル (危険度分布)」通知サービス

気象庁が提供する防災情報「キキクル」は登録した地域の危険度が上昇した時等に、メールやスマホアプリでプッシュでお知らせします。土砂災害や洪水災害等が発生した際、避難が必要な場合はすぐに気づくことができ、自主的な避難の判断に活用いただける他、離れた場所に暮らしている家族に避難を呼びかけることも可能です

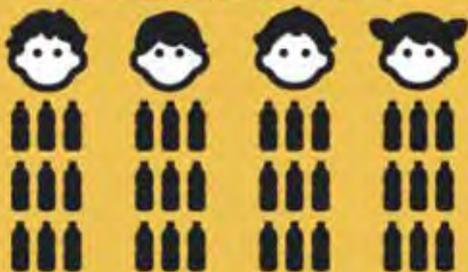
# 知ろう・備えよう災害対策

災害発生時、電気やガス、水道をはじめとしたライフラインが止まってしまった場合に備えて、日頃から飲料水や非常食等を備蓄しておきましょう

- ① 最低3日間程度を目安に、水や食料品を備蓄しよう
- ② 家族構成や住居地域に合わせて必要なものを考え、備蓄品を準備しよう



いざというときの備えに必要な水は...  
4人家族なら36ℓ



- ③ 毎年「防災の日」等に備蓄品をチェックし、消費期限等を照らし合わせ、必要に応じて入れ替えよう
- ④ 持ち出す備蓄品は玄関や寝室に置き、すぐに背負えるリュックサックに入れておこう
- ⑤ 常に最小限備えるべき品目・量を保ちながら、多めに備えているものを日常の中で消費していく考え方、「ローリングストック」を取り入れよう

詳しくは「三井住友海上」ホームページで



～関東大震災から100年～  
知って備えよう 過去の大災害から学ぶ



火災保険の補償内容もチェックしましょう



転倒によるケガは「頭」「顔・首」の「擦過傷、挫傷、打撲傷」が多くなっていますが、次いで「脚・足」の「骨折」も多く、骨折をした場合は**要入院となる高齢者が76%に上がる**など、転倒事故によって深刻な状況を引き起こすことがわかりました。さらに、自宅内での転倒事故には以下のような特徴があります

【転倒事故の発生場所】



- ①浴室・脱衣所
- ②庭・駐車場
- ③ベッド・布団
- ④玄関・勝手口
- ⑤階段



【転倒事故の状況】

- ①滑る
- ②つまづく
- ③ぐらつく
- ④ベッド等から移動時に
- ⑤引っかかる



日常生活の中にも転倒事故のきっかけとなる危険性が高まってきます。住み慣れた自宅であっても、転倒防止のために以下のような点に注意しましょう！



- (1) 個人にあった**適度な運動**を続け、体の機能の低下を防ぎましょう
- (2) 浴室や脱衣所には、**滑り止めマット**を敷きましょう



- (3) **寝起き**や夜間のトイレなどで、ベッドから起き上がる時や**体勢を変える時は慎重**にしましょう



- (4) 段差のあるところや階段、玄関には**手すり**や**滑り止め**を設置しましょう
- (5) **電源コード**が通り道に来ないように、家電製品を置きましょう



転倒事故が発生した場合の対処法



呼びかけても反応がない、呼吸をしていない等、異常がある場合はすぐに119番に電話して救急車を呼びましょう。

意識があり、呼吸も脈拍も異常がない場合でも、下記のような専門機関に相談するなど、緊急度に応じた対応をしましょう。

また、転倒事故の直後に異常がなくても、経過を観察し、いつもと様子が異なる場合には、医師の診断を受けましょう。

電話相談窓口「救急安心センター事業」

# 7119

全国版救急受診アプリ「Q助」  
表示される選択肢から該当する症状  
を選択すると、対応が表示されます

浅田 次郎 著

# 『大名倒産』

上・下巻 (文春文庫)

## おすすめ 本



あらすじ

260年の泰平の間に、積もりに積もった借金はなんと25万両（約100億円）！この世のものとは思えぬ負債を知った長男はショックで急死してしまった。

丹生山松平家12代当主は、次男三男を飛び越えて庶子の四男・小四郎に後を継がせて隠居すると、ひそかに「大名倒産」の準備を進め……

何も知らずに大名家の家督を継いでしまった21歳の小四郎、糞がつくほどの真面目さ誠実さを武器になんとか倒産を防ごうと必死の「経営再建」に乗り出す。

参勤行列を整える金にも困窮つつ、三万石の御領国・丹生山へ初のお国入りをした小四郎は儉約また儉約、殖産産業の鮭の養殖、国家老も商人も巻き込んでなりふり構わぬ金策。しかし焼石に水……健気な若殿の大逆転はなるのか。

万策尽きた時、人の世を眺めていた七福神たちが動き出す!？  
<逃げ切りを目指す親世代 VS 巨大な負債を押し付けられた若者>  
笑い涙がてんこ盛りの豪華エンターテインメント!



この小説は、神木隆之介、杉咲花、佐藤浩一らで映画化されました！  
昨今、コロナ関連の倒産も増えているそうですが、この本で参考になることや日頃のストレスも吹き飛ばすのではないのでしょうか？

あるふぁサポートでは、エントランスの本棚の本をみなさまに貸し出ししております。お近くにいらっしゃいましたら、是非お立ち寄りください。

## スタッフ紹介

おおしろ ゆうこ  
大城 夕右子



あるふぁサポートは  
【ONE TEAM】として  
お客さまの安心と安全をお守り致します



さくま えみ  
佐久間 恵三



かわぐち まさお  
川口 真生



きのした ゆうすけ  
木下 雄介

こじま さとこ  
小島 悟子



わたべ みかこ  
渡部 美香子

