



# けすぞう新聞

2023年1月発行  
NO.61  
播磨町消防団女性分団

3年ぶり

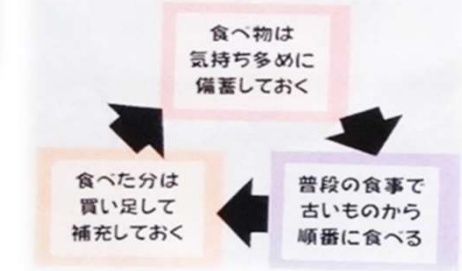
## 小春日和、南部コミセンまつり

色とりどりの花苗と食欲をそそるたこ焼きの香りに囲まれ、防災クッキング

2022年11月27日、南部コミュニティセンターにて「防災クッキング」を実演しました。防災姉妹の正法寺凜子と坊齋そなえが、爆笑お笑いライブをまじえつつ、停電や断水でも無理なく簡単に、効率よく作る調理法を紹介。



参加総数60名。食べながら備えるローリングストック法(常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法)も説明しました。ローリングストック法



佐伯町長、平郡教育長と共に  
平郡教育長は前南部コミセン館長です。

### 本日のメニュー

- ・親子丼
- ・マカロニサラダ
- ・やみつきキュウリ
- ・チョコ蒸しパン

## 命は自分たちで守る

### 野添連合自治会防災訓練

避難所運営に備え、合同訓練～20の自治会が協働～

2022年12月4日、蓮池小学校にて合同防災訓練に参加しました。AED取り扱いや炊き出しなどの避難所運営を想定した訓練を通じて、顔の見える関係づくりの取り組みです。コロナ禍で久々の実施となった今回の訓練には、約80人が参加。

女性分団も協力し、「水消火器の放水訓練」

「簡易担架の作り方と運搬訓練」の指導を担当しました。

#### 簡易担架(棒だけの時)



①棒を掴んで服を着せる



②棒を掴んで服を着せる



③あっという間に担架完成



大きな声で「火事だ!!」「119番通報お願いします」火元を狙って消火活動

#### 毛布のみで簡易担架

～これが一番安定した乗り心地～

負傷者を右に向けて、毛布を挟み、  
左に向けて、毛布を挟む。  
上向きにして、毛布の両端くるくるロール。



#### 物干し竿2本と毛布で作った簡易担架

4人で掛け声、落とさぬように。運ぶときには安全に。頭からではなく、足元から。そろっと動く、包み込み、非力な女性も運べます。

