

災害への備えはできていますか？

南海トラフ巨大地震の発生が懸念される中、秋は台風シーズンです。近年は、強力な台風が発生しやすく、暴風や大雨による被害が増加しています。



南海トラフ巨大地震の特徴と対策 ～自宅の耐震化は非常に重要です～

南海トラフは、日本の南海沿岸に位置する海底の深い溝で、フィリピン海プレートとユーラシアプレートが衝突する場所です。この地域では、過去に何度も巨大地震が発生しており、特に「南海トラフ巨大地震」と呼ばれる地震が懸念されています。

《南海トラフ巨大地震の特長》

- ◎震度と津波：想定される最大クラスの地震が発生すると、静岡県から宮崎県にかけての一部地域で震度7、埼玉県では、最大震度5弱から5強程度の揺れが想定されています。関東地方から九州地方にかけての太平洋沿岸では10mを超える津波が発生する恐れがあります。
- ◎周期：約100年前から150年の周期で発生しており、前回の大きな地震は1946年の昭和南海地震です。
- ◎被害想定：最大で24.7万人の死者、経済被害は約171.6兆円とされています。



《対策は万全に》

- ◎建物の耐震化：建物は耐震基準を満たしているか耐震診断をし、必要に応じて補強工事を行いましょう。家具や家電は壁に固定し、転倒を防ぐと良いでしょう。
- ◎避難計画の確認：家族と避難場所や連絡方法を共有しましょう。災害直後は電話が繋がりにくい状態となるため、災害用伝言ダイヤル「171」を活用しましょう。また、事前に避難経路の確認をしておきましょう。

★[住宅の耐震診断]当社では、経験豊富な専門家が最新の技術を用いて精密な耐震診断をおこなっております。診断結果に基づき、最適な補強方法をご提案いたします。ぜひ、この機会に耐震診断をご検討いただければ幸いです。詳細なご説明やお見積りの依頼など、お気軽にご連絡ください。

最低でも3日分の備蓄の準備が必要です

- 飲料水：1人1日3リットルを目安に、最低3日分
- 非常食：保存の効く食料（アルファ米、ビスケット、乾パンなど）
- ポリ袋・ラップ・新聞紙：使用用途がたくさんあり、便利
- 懐中電灯：予備の電池も忘れずに
- 携帯ラジオ：情報収集のため
- ホイッスル：助けを呼ぶため
- 常備薬・コンタクト：必要な薬や応急処置セット
- 現金：小銭も含めて
- 携帯電話の充電器：モバイルバッテリーもあると便利
- 衣類・タオル：季節に応じた着替え
- マスク：防塵用や感染症対策
- ウェットティッシュ：衛生管理のため
- 歯ブラシセット：基本的な衛生用品（生理用ナプキンも）
- 重要書類のコピー：身分証明書、保険証、通帳など
- 家族の写真：安否確認のため
- 筆記用具：メモ帳とペン



～実際に災害が発生したら～ 自分の身を守ることを第一に行動しましょう！

【地震】

- ①身の安全を確保
屋内 テーブルの下などに隠れ、頭を守る。落下物に落下物に注意する。
屋外 建物や電柱から離れ、広い場所に避難する。
- ②避難
揺れが収まったら、ガス、電気の元栓を閉め、靴を履いて避難経路の確保をする！

【水害】

- 水害が発生する前に避難！！
- ・事前にハザードマップを確認し、避難場所や避難経路を把握しておく。
 - ・市町村からの避難指示や警報に従い、早めに避難する。



おてがる
Cooking
食材&レシピ

秋の恵みたっぷり！ヘルシーで温かいキノコのあんかけ豆腐

- ①しめじは石づきを切り落とし、ほぐす。椎茸は薄切りに切る。
- ②キッチンペーパーを2枚重ね、豆腐を包み、レンジで3分加熱して水切りをする。両面に薄く小麦粉をまぶし、フライパンで中火でソテーする。
- ③豆腐の両面に焼き色が付いたら、お皿に移す。
- ④鍋に麵つゆと水を入れて中火で熱し、煮立ったらキノコ類とシヨウガを加えます。2分ほど煮たら、水溶き片栗粉を加えてとろみをつけます。
- ⑤豆腐にあんをかけ、小口きりにしたネギを散らして完成です。



【材料2人分】

豆腐	
(木綿又は絹ごし)	1丁
小麦粉	適量
しめじ	50g
椎茸	2枚
しょうが	適量
麵つゆ(2倍濃縮)	大さじ2
水	150ml
片栗粉	大さじ1
水(片栗粉用)	大さじ2
長ネギ	1/4本



この機会にぜひチャレンジしてみたいかがでしょうか。



ちょっとした工夫で 毎日の暮らしをリフレッシュ！

Q 大規模な改築などを行わずに古い自宅を快適にするアイデアはありますか？

A フチリフォームで費用を抑えながら快適にする工夫をしましょう。

○隙間風対策

部屋の隙間風を防ぐために、窓や玄関ドア、出窓、勝手口などの隙間を注意深くチェックし、適切な対策を行いましょう。カーテンや隙間テープを活用すると効果的です。

○壁のリフレッシュ

壁紙を新しくするだけでも、部屋の印象が大きく変わります。特に、汚れやすい部分には洗える壁紙を選ぶと、掃除が楽になります。

○照明の改善

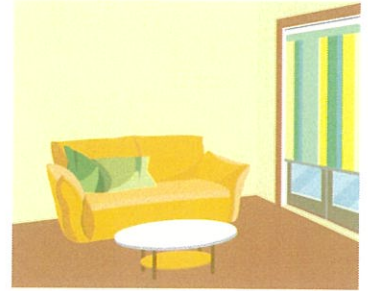
古い照明をLEDに交換することで、電気代を節約しつつ、明るさを確保できます。また、間接照明を取り入れることで、部屋の雰囲気を一新することもできます。

○床の補修

床が傷んでいる場合は、部分的にフローリングを張り替えるか、カーペットを敷くことで見た目を改善できます。また、滑り止めマットを敷く事で安全性も向上します。

○断熱材の追加

床下や天井に断熱材を追加することで、冬は暖かく、夏は涼しく過ごせるようになります。これにより、エネルギー効率も向上し、快適な住環境が実現します。



高気密・高断熱の時代だから、当社は現場発泡ウレタン（マシュマロ断熱）を使用しています

《気気密・高断熱》

現場発泡させるウレタンフォームなので隙間ができなくシームレスに断熱材を充填できます。

《年中快適》

マシュマロ断熱は、室内の空気を外へ逃がさず外気の侵入を防ぐため、冷暖房を効率良く利用できます。

《性能維持》

マシュマロ断熱は空気の泡で断熱層を形成するため、フォーム内部の空気が外部の空気と置換できるので断熱性能が維持されます。



《快適・安心》

部屋ごとの温度が均一化を実現できるので、快適・安心に暮らせます。

《省エネ・節約》

冷暖房を効率良く利用できる住まいは、ランニングコストを抑えることが可能です。

《高品質》

高い施工技術を有したマイスター認定施工店による安心の施工品質を実現します。一般的な木造住宅では約2日程度で施工が可能です。

BASF INOACポリウレタン株式会社URL:<https://fomlite.jp>

※断熱改修リフォームを検討される方は「住宅省エネ2024キャンペーン」をご活用ください!! (URL : <https://jutku-shoene2024.mlit.go.jp>)詳しくは当社までお問い合わせください。

わたしが主人公の家



はじめました



チャンネル登録してね!



「快適工房!! それだけ。」

総合建設業
一級建築士事務所

株式会社 石井工務所

埼玉県蓮田市関山2丁目1番18号

TEL 048-768-6011

www.ishiicorp.com