

発行日	令和3年12月3日
発行元	災害対策課
所属長	課長 森本 仁信
電話	06-6489-6165

# 防災対策情報便



令和3年11月号

## ●引き続き、感染防止対策をとりましょう。

11月は新規陽性患者数がない日や1桁の日もありましたが、会食・カラオケ等での感染が見受けられました。飲食店等の時短要請が解除され、外出・外食をする機会が増え、また急に寒くなり、体調を崩しやすい気候になってきているこの時期に、気を緩めることなく、以下のことを継続して取り組むようお願いいたします。

マスク着用・小まめな手洗いなど基本的な感染対策を行う

ウイルスを家庭に持ち込まない・広げないよう従来通りの感染予防対策を徹底する

会食は少人数、2時間程度で行う



ワクチン接種をすることによって、重症化する方は減っていますがワクチン接種をしても感染される方がいますので、**マスクの着用、こまめな手洗い、消毒**などの基本的な感染症対策を心掛けてください。

## 実感！ハザードマップポスター を掲示しています

尼崎市は、NHK神戸放送局と共同で、水害への防災意識向上のため、「実感！ハザードマップポスター」を作成し、市内の生涯学習プラザなど公共施設に掲示しています。

南海トラフ巨大地震による津波で浸水する高さが、一目でわかるようになっています。

この機会に、みなさんもハザードマップを確認しておきましょう。

ハザードマップで、  
ご自宅が浸水する高さを確認し、  
避難方法や避難先も確認しておきましょう！





# 尼崎市防災総合訓練を行いました！

11月5日・津波防災の日に、本市の災害対応力向上を目指して、大津波を伴う南海トラフ地震の発生を想定し、尼崎市防災総合訓練を実施しました。

本庁舎避難訓練



ドローン  
実証実験



クリーンセンター第1工場  
垂直避難訓練

災害対策本部運営訓練



# 自主防災会の活動記録

市内には75の自主防災会があり、毎年、地域の皆さんが主体的に、防災訓練などの活動を行っています。10月の自主防災会の活動をお知らせします。

## 生島西自主防災会

10月17日(日)、上ノ島西公園で防災訓練が実施されました。

訓練では、消火器の使い方や応急手当方法、防災グッズの作成などが行われました。



応急手当の方法を学びました



折り紙で食器づくり



## 東大島自主防災会(武庫川東グランドハイツ)

10月24日(日)、武庫川東グランドハイツ内で防災訓練が実施されました。

避難誘導や消防訓練などを毎年行い、マンション内の連携を強めています。



簡易プールを作り、浸水時の歩行の難しさを体験!



炊き出しではカレーと缶詰パンがふるまわれました





非常食をおいしく！  
ぼうさい安心クッキング

お湯ポチャ編

みなさん、「非常食」は「保存期間が長い専用の商品をそろえないと！」と  
思っていないですか？

もし、災害時に長期保存用の非常食がなくても、自宅にある材料で食事をつくることができます！今回は、お湯に入れてつくる「お湯ポチャ」レシピをご紹介します。

## お湯ポチャ de 蒸しパン

### 材料

- ①カセットコンロ、カセットボンベ
- ②鍋
- ③ポリ袋（小）
- ④ホットケーキミックス（スプーン3杯くらい）
- ⑤水（コップ半分くらい）

### 作り方

ポリ袋にホットケーキミックスと  
水を入れ、手でもんで混ぜます。

カセットコンロでお湯を沸かし  
袋ごと入れます。（蓋をしても◎）

生地が固まったら、  
袋から出します。



生地がトロッと  
するくらいでOK



お湯ポチャ



完成！

ふわふわ食感！

普段のお鍋料理でも、大活躍のカセットコンロ。  
電気が不要なので、停電時にも温かい料理を作ることができます。  
ぜひ、ガスボンベと一緒に備えておきましょう。

