

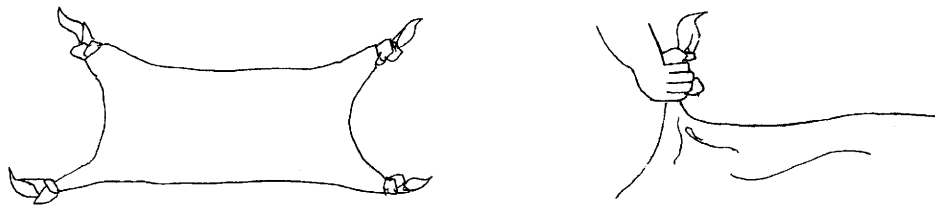
防災訓練マニュアル



市民生活部 防災課

岡崎市

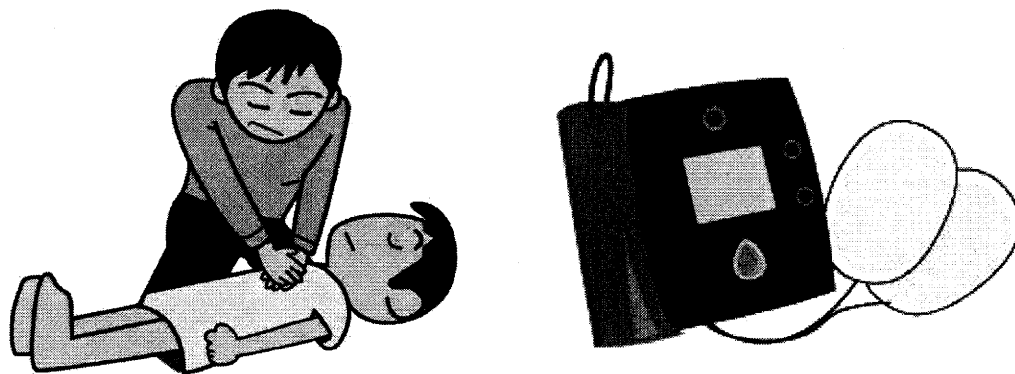
④ シーツの角を絞って結び、そこを持ち手として簡易担架にできます。



⑤ きれいなハンカチや三角巾で傷口を押え、ストッキングで固定できます。



⑥ 心肺停止状態には、継続的な心臓マッサージが有効です。その間にAEDが近くにあれば、とりに行って使用してください。(訓練を受けましょう)



4 炊き出し（給食・給水）訓練

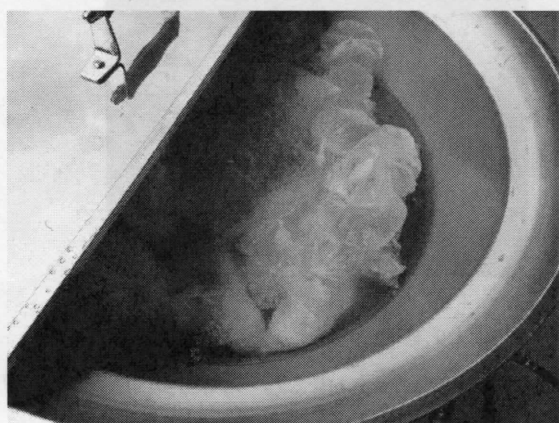
被災後の食料と水の確保や配給方法について訓練します。避難所での給食、給水活動をスムーズに行うために、大鍋などの資材を確保するとともに、非常用食料の調理法などについても習得しましょう。この訓練では、食品衛生に十分配慮が必要です。

（1）資器材

煮炊き釜・飯ごう・大鍋・割り箸・容器・コンロ・燃料
炊飯袋（ハイゼックス）・輪ゴム、
米・アルファ化米・水・野菜・調味料（味噌、醤油、塩）等



炊飯袋（ハイゼックス）を利用した調理方法



スーパーのロール式ビニール袋での調理方法
※ハイゼックスがなくてもご飯は炊けます



ハイゼックスやスーパーのロール式ビニール袋で肉じゃがやカレーも作れます。
（この方法は、レスキューストックヤードでも実践しています。）
左の写真はビニール袋で作ったものです。