

電子レンジによる事故を防止！使い方を再チェックしましょう！

電子レンジは、冷凍食品の解凍や温め、時短調理から本格的な調理までさまざまな場面で使用されています。電子レンジは火を使わない調理器ですが、庫内の汚れや加熱のしすぎ、誤った使用などが原因で発煙・発火といった事故につながる可能性があります。改めて使い方をチェックしてみましょう。

国民生活センターで行った商品テストの結果

- 加熱しすぎると食品が発煙・発火し、爆発的に燃焼するなど危険な状態がみられた。
- パッケージに記載された調理方法を守らないと、発煙・発火といった事故につながる恐れがあった。
- マイクロ波の出口カバーに、食品カスなどの汚れが付着したまま加熱すると、その部分にマイクロ波が集中し、発煙・発火することがある。
- 飲み物を加熱しすぎると、突然爆発的に噴き出したり、沸騰が落ち着いたように見えても、外部からの刺激がきっかけとなり再び大きく泡立ち、突然沸騰して飛び散ることがある。

- 卵を電子レンジにかけると、勢いよく破裂する様子が確認された。
- 尖っている部分や角が多い食品を少量、高出力で加熱するとエッジランナウェイ現象（局所的に過熱・焦げ・発火・火花が発生する現象）により、食品に焦げが発生した。
- 電子レンジの取扱説明書を確認すると、加熱の際に注意すべきことやお手入れに関する注意が記載されていた。

消費者へのアドバイス

- 1 パッケージやレシピに記載された加熱時間の目安を参考に、食品の加熱のしすぎに注意する。
- 2 電子レンジで使用できない容器がある。また加熱モード（レンジ、オーブン、グリル）により、その種類も変わるので、取扱説明書をよく確認する。
- 3 こまめに庫内の手入れを行い、清潔な状態を保つ。
- 4 調理以外の目的には使用しない。
- 5 万一、庫内で発煙・発火した時は、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待つ。

今やろう！ 防災アクション



Vol.60

図 防災課安全防災係 ☎ 34-2059

地震が発生したときの対応

令和8年5月2日に、奈良県を震源とする地震が発生しました。田原本町の震度は3で、幸いにも大きな被害は発生しませんでした。突然の揺れに驚かれた人も多かったのではないのでしょうか。

地震はいつ起こるかわかりません。予測できないからこそ、普段から地震が発生したときの対応を身に着けておきましょう。

1. まず身の安全を確保

頑丈なテーブルの下や家具のないスペースで転倒物や落下物から身を守りましょう。

2. 揺れが収まったら火元を確認

揺れが収まったら火元を確認をしましょう。出火した場合には火が小さいうちに初期消火をしましょう。

3. 出口を確保

大きな揺れではドアが変形して開かなくなり、室内に閉じ込められることがあります。身の安全が確保できたら、ドアを開けて出口を確保します。

4. 家族や同僚、隣人の安否確認

揺れが収まったら、大きな声でお互いの安否を確認します。災害用伝言ダイヤルなどの安否確認ツールも有効活用しましょう。

5. 余震に注意

大地震の後には必ず余震が起きます。倒れたり、落下する恐れがある物は、事前に取り除いておいたり、近づいたりしないようにしましょう。

6. 避難の準備

家屋の倒壊や大規模火災の恐れがある場合は、事前に準備している非常持出袋を持ち、徒歩で避難しましょう。

避難する前には、再度火元を確かめ、ガスの元栓を閉め、電気ブレーカーを落としましょう。また、自宅を出る前に、避難先や安否情報を書いたメモを玄関先に残しておきましょう。

無料相談窓口

相談名	日時	場所	内容	その他
無料税務相談 (予約制)	7月15日(水) 午後1時～4時 (1人30分以内)	町役場2階 会議室201	国税に関する一般的な税務相談	対象＝税理士に依頼していない人 担当＝近畿税理士会桜井支部所属の税理士 申込＝税務課町民税係 ☎ 34-2112(7月1日(水)から受付) ☎ 近畿税理士会桜井支部事務局 ☎ 41-6477
消費生活相談	毎週火・金曜日 午前10時～ 午後3時	町役場1階 相談室1C	商品やサービスに関する相談	担当＝消費生活相談員 相談方法＝面談・電話 (☎ 32-2901 〈内線174〉) ☎ 住民保健課 ☎ 34-2087
人権相談	7月16日(木) 午後1時～3時	町役場2階 会議室201	人権問題に関わる困りごと相談	☎ 住民保健課 ☎ 34-2087
みんなの人権 110番	電話での相談になります。 ☎ 0570-003-110		人権問題に関わる困りごと相談	☎ 奈良地方法務局中和支局 ☎ 22-3045
行政相談	7月16日(木) 午後1時～3時	町役場2階 相談室2B	国の行政全般についての不満、要望などの相談	☎ 住民保健課 ☎ 34-2087
無料法律相談 (予約制)	7月16日(木) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場1階 相談室1C	弁護士による法律相談	定員＝6人(申込順) ☎ 予約 7月1日(水)から、住民保健課 (☎ 34-2087) へ。
中南和法律センター (予約制)	8月5日(水) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場1階 相談室1C	弁護士による法律相談	申込開始日時＝7月22日(水)午前9時30分～ ☎ 予約 奈良弁護士会 (☎ 0742-22-2035 / 午前9時30分～午後5時 / 土・日曜日、祝日を除く) ※中南和各地でも相談を実施しています。
青少年悩みごと 相談(予約制)	毎週火・金曜日 午後1時～4時	青垣生涯学習センター	自分の子どもや地域の青少年にかかわる相談	担当＝社会教育指導員 ☎ 予約 文化振興課 ☎ 32-6193
やすらぎ相談 通常相談 (予約制)	毎週火・水・金曜日 午後1時～4時	青垣生涯学習センター	園・学校になじみにくい幼児、小・中学生と保護者のための相談	☎ 予約 教育総務課 ☎ 34-2074
やすらぎ相談 特別相談 (予約制)	7月22日(水) 午前10時～ 午後3時30分	青垣生涯学習センター	園・学校になじみにくい幼児、小・中学生と保護者のための専門的な相談	担当＝公認心理師 ☎ 予約 相談日の1週間前までに教育総務課 (☎ 34-2074) へ。
若者自立のための 無料相談 (予約制)	7月22日(水) 午後2時～4時	町役場1階 相談室1C	さまざまな理由で働くことが困難な若者や、その家族のための相談(厚生労働省委託事業)	☎ 予約 若者サポートステーションやまと ☎ 44-2055 ※予約は前日まで。
しごと相談 (予約制)	7月23日(木) 午前9時30分～ 午後0時30分	町役場1階 相談室1C	しごとに関わる相談全般	☎ 予約 高田しごとiセンター (☎ 0745-24-2010 / 午前9時～午後4時 / 日曜・祝日を除く) ※予約・キャンセルは前日の午後4時まで。
生活自立相談 (予約制)	要予約	都度ご案内 します	失業などで生活や経済的に困りの人への相談・支援	☎ 予約 県中和・吉野生活自立サポートセンター (☎ 0120-85-1225 / 午前9時～午後5時 / 土・日曜日、祝日を除く / ☎ cysupportc@nara-shakyo.jp)
心配ごと相談 (予約制、空きがあれば当日可)	7月23日(木) 午後1時～4時	町社会福祉協議会2階 相談室	家庭問題、財産など生活上の悩みの相談	担当＝民生児童委員ほか ☎ 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

熱中症に注意

住民保健課保健センター係 ☎ 32-2907 / 環境管理課 (清掃センター) ☎ 33-5003

気温や湿度が高くなる7～8月は、熱中症が起こる危険が高まります。「自分は大丈夫」と思わず、予防に取り組むことが大切です。

熱中症予防のポイント

①暑さを避ける

気温28℃、湿度70%を超えると危険です。エアコンや扇風機を適切に使いましょう。また、外出時は日傘や帽子を着用し、天気の良い日は日中の外出をできるだけ控えましょう。

②こまめな水分補給

1日あたり1.2リットルを目安に、のどが渇いていなくてもこまめな水分補給を。

③「熱中症警戒アラート」などを確認する

「熱中症特別警戒アラート」が発表された地域は、気温が著しく上昇し健康被害の危険性が高まります。このアラートが発表された場合は、暑さから避難できる町指定のクーリングシェルターを開放します。

④クールシェアスポットを活用

町役場を含めた5ヵ所の町内公共機関などを涼み処として利用しましょう。クールシェアスポットは、熱中症特別警戒アラートの発表の有無に関わらず利用可能です。涼をシェアすることで電気使用量の節約にもつながります。



熱中症予防
情報サイト



クーリング
シェルター



クールシ
アスポット