

Sekijyuji Yamaguchi

2025秋

©りおた



C O N T E N T S

「特集」

防災について
どのくらい
知っていますか？



第1回

日本赤十字社
山口県支部

山口県民 防災テスト



〔P2・P3〕 防災への知識を確認しましょう！

山口県民防災テスト 問題

〔P4・P5〕 災害時に役立つローリングストック

山口県民防災テスト 答えあわせ

〔P6〕 赤十字活動資金へのご協力方法・決算報告 / 〔P7〕 赤十字活動の紹介 / 〔裏表紙〕 まちがいさがしプレゼントコーナー

いのちを救う赤十字活動は皆さまからのご寄付により成り立っています

赤十字活動にご協力いただくための
振込用紙は6ページにございます

あなたと、 あなたの大切な人を守る 「いのちを救うテスト」です。

災害にどのくらい備えているか。

大切な人を守るためにも、どうかこのテストに向き合ってください。

間違えたところは今後の防災に役立てましょう。

それでは、テストを開始します！

第1回

日本赤十字社 山口県支部主催

山口県民 防災テスト

解答用紙を
撮影📷して
写真をXに投稿すると

当たる!

Xフォロー
\ お願いします! /



手のひらサイズのため、防災用として普段の持ち歩きに便利!

**ハートラちゃん
携帯トイレ**

1回分
×5セット

プレゼント!!

応募方法 >

- ① X「日本赤十字社山口県支部【公式】」をフォロー
- ② 解答用紙の写真に「#日赤山口防災」をつけて投稿

第 一 回	日本赤十字社山口県支部	氏 名	点 数	点
	山口県民防災テスト			

[全6問／100点]

① 自宅にいるとき、大きな地震が発生。最初に取るべき行動として適切なものを1つ選んでください。[10点]

① TV・スマホで
情報を得る。

② 物が落ちない
場所へ行く。

③ 急いで外へ
逃げる。

解 答	
--------	--

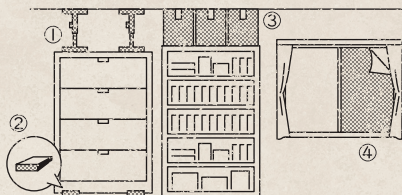
② 問題①の後、揺れが収まったら取るべき行動について、正しいものに○、間違ってものに×を()の中に入れてください。[各7点]

- ① () 火を使っていたが揺れが収まったので使い続けた。
 ② () ブレーカーが落ちてしまったのですぐブレーカーをあげた。
 ③ () 物が倒れていないか素足で急いで確認に行く。
 ④ () 揺れが収まったので避難できるように出口を確保した。



③ 地震に対する家具等の対策として正しい方法を選んでください。(複数可) [20点]

- ① 背の高い家具をつっぱり棒で固定した。
 ② 家具の下にストッパーをつけた。
 ③ 家具の上に段ボールを置いて天井につけた。
 ④ ガラス窓に飛散防止フィルムを貼った。



解 答	
--------	--

④ 災害時に役立つ「非常持ち出し袋」に関する説明として、適しているものを1つ選んでください。[10点]

- ① いつ使うかわからないので、部屋の隅にしまっておく。
 ② 避難先に持ち運ぶことも想定して、持てる重さで準備する。
 ③ 一度準備すれば、災害が起こるまではそのままでもいい。



解 答	
--------	--

⑤ 食料や日用品を多めに備え、古いものから消費し、使った分だけ買い足して、一定量を保つ災害対策を何というか。次のうちから1つ選んでください。[12点]



- ① ローリングストック ② ローテーションストック ③ エンドレスストック

解 答	
--------	--

⑥ 災害時にトイレが使えなくなることがあります。そのため、災害用トイレの備蓄が大切です。成人1人あたり、災害用トイレの数はどのくらい必要か計算式を完成させてください。[20点]



【成人1人あたり】

成人の平均排泄回数

国が推進する日数

必要な数

解 答	回
--------	---

解 答	日
--------	---

解 答	回分/週
--------	------

×

=



「答えあわせ」は次ページで



ぼくたち
1問目は正解したよ～



季節によって
定期的に見直し、
持ち運べる重さで

x140



うちは4人家族だから
災害用トイレは...
140個用意しておこう



よし！
100点!!
だけど、
避難経路を
確認しておこう



テストはいかがでしたか？ ぜひ、今後の防災にお役立てください。

もしも災害が起きた時、「自分や大切な人を守る」
ための準備や行動がとても大事です。

テストの答え合わせをして、わからなかった
ところや間違えていたところを復習し、

県民みんなで災害に備えましょう！

いつ起こるか
わからない災害。
一人ひとりの防災意識と
日頃の備えが
被害の軽減へ
つながります。

家具類の固定を
もう一度
確かめておかなきゃ



ローリングストックか
やっておこう！

日本赤十字社山口県支部
徳本職員



かんたん！お買い物のついでに防災をはじめましょう！

ROLLING STOCK

ローリングストック
(日常備蓄)

備蓄品を定期的に消費し、
消費した分を買い足すだけ

使った分だけ
買い足す

買い
足す



ローリング
ストック法

備える

少し多めに
備える



消費

日常で使う



災害発生後は水や食料が不足することがあるので、日頃から蓄えておくことが大切です。備蓄する食料には乾パンや缶詰などがありますが、ローリングストック(日常備蓄)という方法で、普段食べているモノを災害時にも食べられるようにする方法もあります。一番古いものから使い、使った分だけ補充することがポイントで、日常の中に備蓄品を取り込むことができます。



1 min.
MOVIE

「ローリングストック」については、
YOUTUBEショート動画で！
(35秒です)



山口県支部 YOUTUBE

検索

第1回	日本赤十字社山口県支部 山口県民防災テスト	氏名	答えあわせ	点数	点
-----	--------------------------	----	-------	----	---

[全6問/100点]

- ① 自宅にいるとき、大きな地震が発生。最初に取り組むべき行動として適切なものを1つ選んでください。[10点]

解説 まずは自分の身の安全を確保!

揺れを感じたら、物が“落ちてこない”、“倒れてこない”、“移動してこない”場所で、揺れが収まるのを待ちましょう。



解答	② 物が落ちない場所へ行く。
----	----------------

- ② 問題①の後、揺れが収まったら取るべき行動について、正しいものに○、間違っているものに×を()の中に入れてください。[各7点]

- ① (×) 火を使っていたが揺れが収まったので使い続けた。
 ② (×) ブレーカーが落ちてしまったのですぐブレーカーをあげた。
 ③ (×) 物が倒れていないか素足で急いで確認しに行く。
 ④ (○) 揺れが収まったので避難できるように出口を確保した。

- 解説** ① ガス漏れの可能性があるため、火の使用は避け、既に点いている火も消しましょう。
 ② 電気が復旧したときに通電火災が起こる可能性があるため、ブレーカーは落としておきましょう。
 ③ 割れ物によるケガを防ぐため、厚手のスリッパや底の硬い靴を履いて移動しましょう。

- ③ 地震で家具類の転倒・落下・移動防止のための正しい方法を選んでください。(複数可) [20点]

- ① 背の高い家具をつっぱり棒で固定した。
 ② 家具の下にストッパーをつけた。
 ③ 家具の上に段ボールを置いて天井につけた。
 ④ ガラス窓に飛散防止フィルムを貼った。

解説 家具類は固定

壁に直接固定できない場合は、空の段ボール箱を天井まで詰めて家具上部の隙間を埋めると固定されます。また、割れたガラスは危険で避難の妨げになるため、ガラス窓には飛散防止フィルムを貼りましょう。

解答	①②③④
----	------

- ④ 災害時に役立つ「非常持ち出し袋」に関する説明として、適しているものを1つ選んでください。[10点]

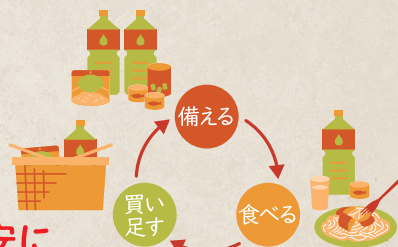
解説 避難先に持ち運べる重さで準備する

背負ってみて歩くことができる重さであることを確認し、玄関など、いざというときに持ち出しやすい場所に置いておきましょう。



解答	②
----	---

- ⑤ 食料や日用品を多めに備え、古いものから消費し、使った分だけ買い足して、一定量を保つ災害対策を何というか。次のうちから1つ選んでください。[12点]



解説 備蓄は最低3日間分を目安に

解答	① ローリングストック
----	-------------

- ⑥ 災害時にトイレが使えなくなることがあります。そのため、災害用トイレの備蓄が大切です。成人1人あたり、災害用トイレの数はどのくらい必要か計算式を完成させてください。[20点]



【成人1人あたり】

成人の平均排泄回数

国が推進する日数

必要な数

解答	5 回
----	-----

解答	7 日
----	-----

解答	35 回分/週
----	---------



ご解答ありがとうございました!



第1回

日本赤十字社 山口県支部主催

山口県民防災テスト

[参照]

- ・やまぐち防災ガイドブック(山口県ホームページ)
- ・防災マニュアル(総務省消防省)
- ・トイレ備蓄 忘れていませんか(経済産業省)



赤十字活動資金 ご協力方法



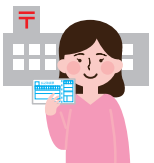
1

郵便局・ゆうちょ銀行 からお振込み

窓口手続きなら、払込手数料は無料。
※ATMの場合は、手数料がかかることがあります。

口座番号 **01590-3-4076**

振込先 **日本赤十字社山口県支部**



2

山口銀行・西京銀行 からお振込み

山口銀行山口支店 (普通)0100606

西京銀行山口支店 (普通)2075763

振込先 **日本赤十字社山口県支部**



3

クレジットカード からご協力

クレジットカードで
ご寄付いただけます。
お申し込みはこちらから
<https://donate.jrc.or.jp/>



4

自動引落し (口座振替)

毎月/年1回など、ご希望の
頻度と額で定期的にご寄付
いただけます。申込用紙を
お送りしますので、山口県支
部までお電話ください。

5

現金 による受付

山口県支部または、
お住まいの市町の
赤十字窓口で
ご寄付を受け
付けています。



赤十字へのご寄付には
「税制上の優遇措置」や
「表彰制度」がございます

「税制上の優遇措置」
について詳しくはこちら



「表彰制度」
について詳しくはこちら



令和6年度 日本赤十字社山口県支部 決算報告

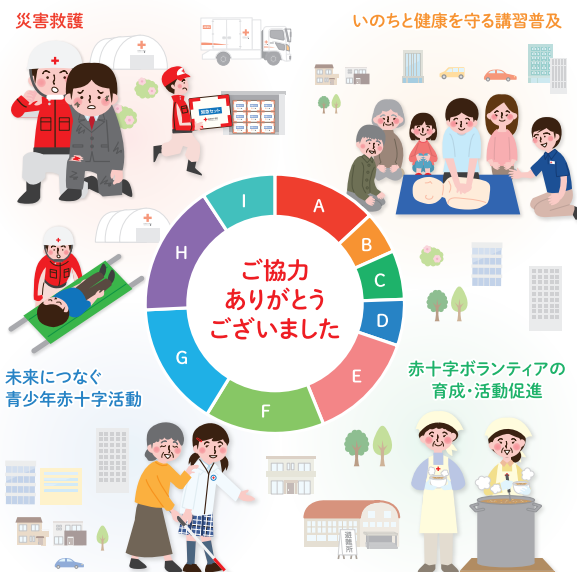
(単位:円)

歳入額 259,320,472

社資収入	200,835,023	雑収入	4,484,955
委託金収入	6,204,249	前年度繰越金	43,390,416
補助金及び交付金収入 ..	4,405,829		

歳出額 224,949,693

A.災害救護	29,388,306	E.国際活動、赤十字の 全国的事業	30,719,155
B.いのちと健康を 守る講習普及	11,866,666	F.市町の赤十字事業	33,492,277
C.赤十字ボランティアの育成・ 活動促進	13,741,116	G.赤十字思想の普及等 ..	34,813,947
D.未来につなぐ 青少年赤十字活動 ..	13,000,706	H.支部の運営費	37,086,814
		I.災害等基金積立	20,840,706



※赤十字病院、血液センターは施設ごとの特別会計となっており、この決算には含まれていません。



皆さまからのあたたかいご寄付により、
これらの赤十字活動を行うことができました。

ご協力ありがとうございました



セミナーの様様をYOUTUBE動画でご覧いただけます!
(3分です)

3min.
MOVIE



親子防災イベントの開催・参加

2025 3/1 (土)



災害体験VR



炊き出し体験

親子防災教室を開催。11組30名の親子が参加し、防災に関する知識やスキルを楽しく学びました。クイズやゲームを通して地震や大雨などの災害について学んだほか、非常食の試食や、三角巾を使った応急処置体験なども行い、親子で協力しながら防災について考える良い機会となりました。

災害体験VRは臨場感があり怖かった。災害時に子どもがいたら冷静に対応できるか不安だが、セミナーで得た知識を活かしたい。

包装食を初めて知りました。トマトとサバのカレーは美味しく、栄養面においても優れているので、避難所生活で重宝されそう。



2025 7/26 (土)



うちのキケンを発見

下関市主催の「夏休み親子避難所体験2025」に参加し、約80名を対象に地震への備えをお伝えする「うちのキケン」を実施しました。このプログラムでは、自宅の平面図をワークシートに描き、家族で話し合いながら、地震時にケガをしそうな場所を見つけ、安全対策について考えてもらいました。

家の中には危険がいっぱいあると気づきました。帰ったら家族で確認しながら、棚の固定や窓ガラスなどの地震対策をします。

地震が多いのに、自分の家のことをあまり意識せずに生活していましたが、改めて注意して考えるきっかけになりました。



これからも山口県支部は、地域の防災力向上のために地域ニーズに合わせた防災・減災イベントを開催し、ひとりでも多くのいのちを救う活動をしていきます。

詳しくはホームページをご覧ください

日赤山口 セミナー

検索

プレゼント応募シート

【ご記入ください】	フリガナ	ご年齢	
	お名前	歳	
	ご住所	〒(—)	
	電話番号	— — —	
	ご希望のプレゼント	A・B・C	本誌 入手場所
	ご意見・ご要望等		

右の絵とまちがっている「5つの部分」を、
矢印 ✓ でチェックしてください



5つの「まちがい」を見つけて、プレゼントに応募しよう!

しめきり | 令和7年 12/26 (金) (郵送の場合は必着)



応募方法

【当選発表】
プレゼントの発送を
もってかえさせて
いただきます。

郵 送

左上の「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、
切り取ってハガキに糊付けしていただき、下記応募先にご送付ください。
〒753-0094 山口市野田172-5 日本赤十字社山口県支部 総務課「広報誌プレゼント係」

F A X

FAX: 083-932-3615
「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、FAXしてください。

W E B

「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、
画像を撮影して右の2次元コードからご応募ください。



A 外郎の老舗 山口名菓 御堀堂 商品券

1,000円×20名様

山口銘菓「外郎」で有名な御堀堂で使える商品券をプレゼント! 老若男女に愛される、ゆったりとした食感と優しい味わいの逸品をご家庭でどうぞ。

みなさんと赤十字を
応援しましょう~!
御堀堂でお待ちしております!

抽選で
20
名様



B レノファ山形FC「末永 透瑛選手」サイン入りサッカーボール

3名様



維新みらいふスタジアムがホームの我がレノファ山形FC! 山口市出身の末永 透瑛選手「サイン入りサッカーボール」をプレゼント!

レノファ山形FCは
赤十字を
応援しています!

抽選で
3
名様

レノファ山形FC ホームゲームスケジュール
at. 維新みらいふスタジアム

第36節 11/9 (日) 14:00 VS ジュビロ磐田	第38節 11/29 (土) 14:00 VS RB大宮アルディージャ
--	--



C イラストレーターりおたさん サイン入り表紙イラストパネル

5名様

ファンの方、必見! イラストレーターりおたさんが手掛ける本誌「表紙イラスト」をサイン入りでプレゼント!



抽選で
5
名様

ぜひ、みんなで
防災意識を
高めましょう!

イラストレーター
りおたさん

