

# 県住新聞

発行者

県営住宅指定管理者

一般社団法人  
宮崎県宅地建物取引業協会  
住宅管理課

住所:宮崎市潮見町20番地1  
電話:0985-22-8141

時間外の緊急連絡は  
**真に緊急の場合のみに!!**

「テレビが映らない」  
「共同灯がつかない」  
などの真に緊急でない場合は翌日  
8時30分以降の連絡にご協力をお願ひします。  
緊急と判断できない場合は、緊急対応ができませんのでご了承ください。

緊急でない場合  
↓  
翌日8時30分以降に連絡

## 乾燥シーズンは危険がいっぱい!!

たばこの火の不始末や天ぷら油による火災、子どもたちの火遊びなど、火災の原因はさまざまです。日常生活に欠かせない火も、使い方を誤ると一大事。調理中には火元から目を離さないなど、日頃から火の使用には十分な注意が必要です。

- **電気器具等は正しく使用して安心**  
ガスコンロなどの火気使用設備や電気器具等は、使用上の注意を守らないと火災を起こす場合があります。
- **バルコニーは大切な避難路**  
バルコニーの間仕切板は火災などの場合にはこれを打ち破って隣へ避難する、避難口の役目を果たします。また、廊下や階段室等も緊急時の避難路となります。物や自転車、バイクなどがあると助かる命が助からない場合があります。
- **路上駐車は被害を拡大**  
団地内通路の路上駐車が原因で、せっかく駆けつけた消防車が火災現場に近づけないことがあります。決められた区画以外の駐車は絶対にやめましょう。

### 火事の際の避難

- ① **出入り口に移動する**  
避難経路を確認し、出入り口が複数ある場合は、どの出入り口がより安全かを考えて移動します。日頃から避難経路を確認しておいてください。
- ② **煙を吸わないようハンカチなどで鼻と口を覆い、姿勢を低くして動く**  
火事で怖いのは、煙です。煙は上がってくるので、姿勢を低くしてハンカチなどで鼻と口を覆うと有効です。
- ③ **できるだけ早く火元から離れる**  
家庭内には、火が燃え移りやすい素材のものがたくさんあります。カーテンなどに燃え移ったら、あっという間に広がるので、とにかく外に逃げるようにします。
- ④ **救助が来たら、避難経路を知らせる**  
自力で逃げられず、救助隊が来た場合には、指示に従ってすみやかに移動します。その際、どこに出入り口があるのか、消火栓の場所などを確認しておいてください。



## 自分でできる花粉症対策

### 外出時の花粉症対策

- ① **花粉情報をチェック**  
テレビやインターネットで気象情報や花粉情報を入手する。
- ◆ **花粉情報の要注意日**  
1 天気が晴れまたは曇り  
2 最高気温が高い  
3 湿度が高い など
- ② **外出を控えめに**  
花粉の飛散の多い日は特に注意が必要。1日のうち飛散の多い時間帯(午後1時～3時頃(注:地域によって差があります))の外出もなるべく控える。
- ③ **外出時は完全防備**  
帽子・メガネ・マスク・マフラーを身につけてコートもツルツルした素材を選ぶ。
- ④ **帰宅時は玄関でシャットアウト**  
衣服・ペットなどについた花粉は、きちんと外ではらって玄関でシャットアウト。なるべく室内に持ち込まない工夫と努力を。
- ⑤ **帰宅後は洗顔やうがいを**  
体についた花粉はきちんと洗い流します。毎日の習慣として心がける。

### 家の中での花粉症対策

- ① **ドア・窓を閉める**  
花粉の飛散が多いときは、きちんとドアや窓を閉めて、花粉の侵入を防ぐことが大切です。
- ② **掃除はこまめに**  
防いでいるつもりでも、室内にはかなり花粉が侵入しているため掃除をこまめに行います。床がフローリングであれば毎日拭き掃除を行うと効果的です。また、きれいな室内はダニアレルギー対策にもなります。



### 就寝時の花粉症対策

- ① **布団を外に干さない**  
外に布団を干してしまうと花粉がついてしまうので、布団乾燥機などを活用する。また、どうしても干したいときは、花粉の飛散量が少ない午前中に、取り入れる際は花粉をはたいて、さらに布団の表面を掃除機で吸うと効果的です。
- ② **枕元の花粉を拭き取る**  
床の上はもちろん、ベッドにも花粉はたまっています。寝ているときに花粉を吸い込まないように、枕まわりの約1mぐらいたる水を少し湿らせたティッシュやタオルで拭き取る。
- ③ **お風呂・シャワーで花粉を流す**  
お風呂やシャワーは朝に入るという人もいますが、花粉の時期は寝る前に花粉をしっかりと洗い流してから布団に入るようにする。
- ④ **空気清浄機を活用**  
空気清浄機を使いながら寝るのもぐっすり睡眠をとるためのポイント。また、風邪の予防にも役立ちます。

## 事務所移転のお知らせ

当協会では、事務所が手狭となったため、平成28年3月28日から県営住宅を管理する住宅管理部については、新しい事務所に移転することとなりました。ご迷惑をおかけいたしますが、これを機に更なるサービスの充実に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。  
なお、協会本部及び電話番号は現在のままですのでよろしくお願いいたします。

**住宅管理部 旧住所**  
〒880-0862  
宮崎市潮見町20番地1

**住宅管理部 新住所**  
〒880-0874  
宮崎市昭和町86番地2

