秋の火災予防運動

10月19日㈰から25日㈯までの1週間、県下一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。この季節は日増しに寒くなり、火を取り扱う機会が多くなります。暖房器具の点検はお済みですか？ちょっとした油断や火の取り扱いの不注意が火災の原因になることがあります。

ご自宅の住宅用火災警報器は正常に作動していますか？尊い命や貴重な財産を守るため、いざという時に機能するか確認してみましょう。まだ取り付けていない人は早めの設置をお願いします。

また、「住宅防火 いのちを守る10のポイント（4つの習慣・6つの対策）」を実行し、自分の家は自分で守るよう心掛けましょう。

［問合せ］ 弘前消防本部　予防課　☎32-5104
または、最寄りの消防署、分署へ

住宅防火 いのちを守る10のポイント



◆4つの習慣

1 寝たばこは絶対にしない、させない。
2 ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
3 コンロを使うときは火のそばを離れない。
4 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

◆6つの対策

1 火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する。
2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは防炎品を使用する。
4 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

11月9日は「119番の日」

総務省消防庁では、毎年11月9日を「119番の日」と定め、119番通報についての正しい知識と理解を深めてもらうとともに、防災意識の高揚を図っています。

火災や急病、けがや交通事故など目の前で災害が突然発生した場合は、誰でも気が動転し、興奮した状態になりがちです。一刻を争うときでも、「慌てず・落ち着いて・正確に」119番通報できるように、町会や自治会または勤務先などで実施する防災訓練の際に、通報訓練を積極的に行いましょう。

令和7年中の119番受付件数

1万8,193件

（1日当たり約50件、約29分に1件受付）

弘前地区消防事務組合管内（弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村）で受付した119番件数。

119番通報のシステム

弘前地区消防事務組合管内から加入電話（一般・ＩＰ）や携帯・公衆電話などで119番通報すると「弘前・西北五地域共同消防指令センター」につながり、そこから災害現場に最も近い消防署・分署に出動指令が出されます。

※携帯電話からの通報は、電波の状態によっては近隣の消防本部につながる場合があるため、必ず市町村名から住所を話してください。管轄が違う場合は、災害現場の管轄消防本部へ転送されます。

聴くことや話すことが不自由な方への対応として、FAXやスマートフォン、携帯電話のインターネット機能（WEB機能）による119番通報も行えます。
※詳細は、お問い合わせください。

災害や夜間・休日の救急病院などは、下記へお問い合わせください。

●火災など災害のお問合せ	災害情報テレホンガイド ☎050-5536-3896
●夜間、休日の救急病院などのお問合せ	医療機関照会電話 ☎050-5846-7780 （音声ガイダンス方式）
●救急相談のお問合せ（15歳以上対応）	あおもり救急電話相談 ☎＃7119（ダイヤル回線） 017-718-0289（IP電話）
●お子さまの救急相談のお問合せ（15歳未満対応）	青森県子ども医療でんわ相談 ☎＃8000（ダイヤル回線） 017-722-1152（IP電話）

119番は緊急電話です！



［問合せ］ 弘前消防本部　通信指令課　☎32-5101

Police station news ｜ 警察署NEWS.

生活道路における自動車の法定速度が引き下げられます！

令和８年９月１日から

60km/h ➡ 30km/h に引き下げられました。

「生活道路」とは、主に住民の日常生活に利用される道路のうち、**中央線や道路標識がない道路のこと**です。
※付近に住宅などがない農道なども含みます。
不明な点がある場合は、黒石警察署へお尋ねください。

［問合せ］ 黒石警察署 ☎52-2311

食育通信

栄養成分表示を確認してみよう！

参考文献：消費者庁　食品表示課
食品の栄養成分表示制度の概要

みなさんは食品に表示されている”栄養成分表示”を見たことがありますか？容器包装に入れられた加工食品には、消費者に適切な食生活を実践してもらうために、栄養成分の表示が法律で義務付けられています。

私たちの身近でも、菓子パン、スナック菓子、インスタント食品、清涼飲料水など多数の加工食品が販売されており、手軽に食べることができてとても便利です。しかし、糖質や脂質などを多く含む一方で、ビタミンや食物繊維が少ないため、エネルギーの過剰摂取や栄養バランスの偏りを引き起こす可能性もあります。そのため、習慣的に加工食品を食べている場合は、肥満などの健康リスクが高くなります。

栄養成分表示を食品選択の際に確認することで、エネルギーの過剰摂取や栄養バランスが偏ってしまうことを防ぐことができます。自宅にある加工食品の栄養成分表示を確認してみませんか。

［問合せ］ 子育て健康課　健康推進係　☎55-5819（本庁舎２階 10 番窓口）

栄養成分表示（000g）当たり

熱　　量	000kcal
たんぱく質	0.0g
脂　　質	0.0g
炭水化物	0.0g
食塩相当量	0.0g

【義務表示】
食品表示法により、表示が義務付けられている５項目です。これらは、**生活習慣病予防**や**健康の維持・増進**に深く関わる重要な成分です。

食ラボ体験講座

平川市食産業振興センター（食ラボひらかわ）は、ジュースやジャム、乾燥野菜など様々な加工食品を作ることができる施設です。食ラボひらかわにある様々な機械を使って食品加工を体験してみませんか？

体験実習

第８回目「トマトジュース」を作ってみよう

平川市産のミニトマトを使ってトマトジュースの加工方法やそのための衛生管理、殺菌技術を学びましょう。

●**日時**　11月19日㈬　13：30～16：00

第９回目「ケチャップ」を作ってみよう

食ラボで加工したトマトジュースを使ってケチャップを作ります。ジュースの２次加工の基本技術について実習を通して学びましょう。

●**日時**　11月26日㈬　13：30～16：00

●**対象者**　食品加工や地産地消に興味のある市民の方
※定員に達していない場合は、市外の方の参加も可能です。
●**定員（先着順）**　20名　●**参加費**　無料　●**持ち物**　エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
●**場所**　食産業振興センター（食ラボひらかわ）
●**申込期間**　11月２日㈪～13日㈭

［問合せ・申込み］ 農林課　農政係　☎55-5898（本庁舎３階 18 番窓口）

※平川市食産業振興センター（食ラボひらかわ）は、令和９年３月31日をもって閉館となります。