



まるっと瓦版

令和7年

12月



- 『終活』について考えてみませんか？
- 消火器の種類と、使い方について

●『終活』について考えてみませんか？

自分らしく人生をしめくくるための活動を『終活』と言い、元気なうちから医療や介護、葬儀の希望などを考えておくことが大切です。自分の思いを残しておくことは自分自身のためだけではなく、残された家族のためでもあります。

荒川区社会福祉協議会の成年後見・権利擁護センター『あんしんサポートあらかわ』では、今年度より『終活』を支援する事業を開始しました。その一環として『あらかわエンディングノート』を作成・配布しています。

【「あらかわエンディングノート」を活用しませんか？】

『あらかわエンディングノート』は、自分自身の終活に必要な情報や、自分の考え、希望、想いを具体的に記入しておくものです。



『わたしの基本情報』『わたしの歩み』
『わたし自身について』
『医療・介護についてのわたしの希望』
『わたしの財産について』
『わたしの最期についての希望』
『わたしの大切な人の連絡先』
『ありがとうメッセージ』
『このノートを読んでもくれたみなさんへ』
『終活に関する相談先・手続先』



【司法書士・弁護士による「終活相談」も実施しています。】

いずれも個別相談（1組1時間）のため、事前予約が必要です。

詳しくは、地域福祉コーディネーターまたは、下記の
『あんしんサポートあらかわ』までお問い合わせください♪



ホームページも
ご覧ください♪

【お問い合わせ先】

成年後見・権利擁護センター「あんしんサポートあらかわ」

電話：03-3802-3396 メール：koukensoudan@arakawa-shakyo.or.jp

●火災の備えは出来ていますか??

ジメっと湿気の多い夏から一転、空気が乾燥した冬がやってきました。冬になって、ストーブなど火を使う機会が増えると、火災のニュースもよく観るようになりますね。

皆さんは、自宅での火災の備えは出来ていますか?身近な対策で思い浮かぶのは『消火器』ですが、使い方はと聞かれると…という方も多いかと思います。

消火器の正しい使い方を知って、万が一に備えておきましょう!

【どんな消火器があるの?】 記事作成協力:荒川消防署 住宅防火対策担当



【消火器(業務用消火器)】

業務用消火器は、消防法で定められた建物や施設に設置することを前提としたもので、消火性能が高く、広範囲の火災に対応することができます。



【住宅用(家庭用)消火器】

コンパクトで女性や高齢者も操作しやすく、天ぷら油火災やストーブ火災に対応しています。



【エアゾール式簡易消火具】

消火薬剤を液化ガスまたは圧縮ガスの圧力により、噴霧状等に放射して消火するもので、比較的初期段階の火災に有効です。



消火器の
使い方

各種消火器には『**適応火災**(その消火器で消火できる火災の種類)』が『**絵**』で表示されています!
※適応火災が『**文字**』で表示されている場合は古い消火器のため、交換してください。



普通火災用



油火災用



電気火災用



消火器には使用期限があります。すでに消火器を備えていらっしゃる方も、是非この機会に確認してみてくださいね!

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20
荒川区社会福祉協議会 福祉サービス課 地域福祉支援係
電話:3802-3338 FAX: 3891-5290
メール: jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

ご相談やお問い合わせは… **地域福祉コーディネーターへ!**