



寒さ対策



<寒さ対策>
 冬場に避難する際大切なのは寒さ対策です。体育館などでは十分な暖房設備がない場合も多いので、自分できる防寒の工夫を知っておくことは大切です。防災グッズとして備えられているアルミシートは人体からの遠赤外線領域の放射熱を反射するので、身体を包んで服のように着たり下に敷いたりすることで暖かく過ごすことができます。また、熱伝導率の小さい空気を含む梱包用の気泡緩衝材や新聞紙を服の間にはさんで着こむことでも暖かさを保つことができます。新聞紙は丸めて袋に入れば簡易の敷布団にもなるので便利ですね。特別な備えも大切ですが、いつも家にあるもののいざという時の活用法について知っておくことも大切な防災への備えになります。