

国际研修协力机构的通知

－宿舍生活不受伤，不生病！－

①为保护生命，一定要参加防灾训练！

2009年3月深夜，2楼办公室发生了火灾（漏电）。在3楼睡觉的研修生、技能实习生在避难时，从绳梯或建筑物坠落，发生了1人死亡，8人轻重伤的事故。

在宿舍里，安装火灾报警器、灭火器、避难设备很重要，但是让这些设备工作、并起作用，更加重要。请进行防灾训练，做好确认。从绳梯下来是非常困难的。请训练一下，能安全地从绳梯顺利下来。

②了解烹饪器具和烹饪方法的不同之处

在日本、和各研修生、技能实习生在祖国使用的烹饪器具会有不同之处，特别是日本和中国的菜刀，因大小、用法都不一样，所以很容易切伤手指。另外，在中国油炸食品使用的锅，因为又厚又重，尺寸又大，所以油一般难以飞散，与此相比，日本的平底锅火易烧易烫伤。

作为对策，了解烹饪的方法、烹饪器具的不同之后，关于使用方法请询问生活指导员。

另外，为防止火灾，关于灭火器的放置及其的使用方法也请询问一下。

③注意不要食物中毒

虽说因便宜、效率高，就一次烹饪大量的菜放着，是成为食物中毒的原因。特别是炎热时期很危险！放入冰箱是当然的，但是即使在冰箱内细菌也会繁殖。

④使用暖气设备、电器产品要遵守注意事项

汤婆子的低温烫伤常有发生，但不懂取暖方法（在中国是床铺暖气（译注：炕））就使用不同的汤婆子是危险的。

另外，在日本购买电器产品，使用之前要阅读说明书，使用要遵守注意事项，但是没有母语说明书的时候，请询问生活指导员之后再使用。

⑤一般生活活动中应该注意的事项

要注意不要受伤：上下楼梯时的坠落，在走廊行走时的跌倒，移动家具时被夹住、不合适的动作，入浴时的跌倒，打扫时东西落下、不合适的动作，搬洗好的衣物、晒衣服时的坠落、跌倒，开关门时被夹住等。

⑥发生天灾时的对应

作为地震、台风等非常时期的对应，要确保避难过道，做好防止家具跌倒的措施，备好手电筒以及为了收信息集需要电视机、收音机等。

JITCO からのお知らせ

－ケガをせず、病気にならない宿舍生活を！－

①命を守るために、避難訓練には必ず参加を！

2009年3月に、深夜、2階事務所から出火（漏電）し、3階で寝ていた研修生・技能实习生が避難する際、縄はしごや建物から墜落して、1名死亡、8名重軽傷を負う事故が発生しました。

宿舎では、火災報知器・消火器・避難設備の設置が重要ですが、それらの機器が作動・機能することがもっと重要です。避難訓練をして確認しましょう。縄はしごで降りるのは大変困難です。うまく降りられるよう安全な状態で訓練してください。

②調理器具と調理法の違いを理解して

日本と研修生・技能实习生のみなさんの母国では、使用する調理器具が異なる場合があります、特に日本と中国の包丁では、大きさも異なり使い方も違うために指を切りやすいものです。また、中国において揚げ物等に使う鍋は、肉厚で重く、サイズも大きいので一般に油が飛び散ることが起きにくいのに比べ、日本のフライパンは容易に火が回りやすく火傷します。

対策として、調理の仕方、調理器具の違いを理解した上で、使い方等について生活指導員に聞いてください。

また、火災防止の為に消火器の設置とその使用方法についても併せて聞いてください。

③食中毒に気を付けましょう

安くついて効率的だからといって一度に大量の料理をし、ため置くことは食中毒の原因となります。とりわけ暑い時期は危険！冷蔵庫に入れておくのは当然ですが、冷蔵庫内でも細菌は繁殖します。

④暖房器具・電器製品は注意事項を守って使いましょう

湯たんぼによる低温火傷がよくありますが、暖房方法（中国は床暖房）が違う湯たんぼを、よくわからぬまま使い始めることは危険です。

また、日本で電気製品を購入し、使用する場合は、説明書を読んで注意事項を守って使用する必要がありますが、母国語の説明書がない場合は、生活指導員等に聞いてから使ってください。

⑤一般生活行動中に注意すべきこと

階段昇降中の転落、廊下歩行中の転倒、家具移動中の挟まれ・無理な動作、入浴中の転倒、掃除中の物の落下・無理な動作、洗濯物を運んだり、干したりする際の墜落・転倒、扉開閉中の挟まれ等によるケガに注意しましょう。

⑥天災地変時の対応

地震、台風等非常時の対応として、避難通路の確保、家具の転倒防止措置、懐中電灯を、そして情報収集のためにテレビ・ラジオ等が必要です。