

停電の際の安全

突然の停電は、特に長時間続いた場合に、不満を募らせ、生活に支障をきたすことがあります。2時間以内の停電では、生鮮食料品について心配する必要はありません。停電が長引いた場合は、食品の損失を最小限に抑え、家族全員が快適に過ごせるよう、特定のステップにしたがいます。

米国赤十字ベイエリア支部では、停電時の対策として、次の情報を提供しています。

プランを立てる

停電時の安全プランでは、次のことを考慮します。

- **食品を保存する：**
 - **1つまたは複数のクーラー -**
安価な発泡スチロールのクーラーが便利です。
 - **氷 -**
停電が長引いた場合に、食品をクーラーや冷蔵庫で冷やしておくために利用します。
 - **デジタル高速温度計 -**
高速温度計があれば、食品の温度を計り、安全に保管されていることを確認できます。生鮮食料品は一度に2時間以上、4°C (40°F) 以上では保管できません。
- **代わりの電源：**家族の中に、電動の生命維持機器を利用している場合は、避難プランに代りの電源を含める必要があります。発電機を使う場合は、電気技師など、専門家のアドバイスを受けてください。購入する発電機が必要な電源定格であることを確認します。
- **一酸化炭素警報器の取り付け：**電気、暖房、調理に仮の電力を使用する際に、まず避けるべき危険は、一酸化炭素中毒、感電、火災です。自宅の各階に警報器を設定しましょう。

キットを用意する

- **長期保存可能な食品**：栄養補助食品（エネルギーバー）、缶詰のスープ、ピーナツバターなどのアイテムを含めます。
- **1日1人あたり1ガロン（約3.8リットル）の水**
- **救急箱と薬品**
- **懐中電灯、電池駆動または手回しラジオ、基本的な工具、地図**（注：火災の危険が高いため、停電時にろうそくは使用しないでください。）
- **衣服と丈夫な靴**
- **個人の持ち物や衛生用品**：重要な書類、衛生用品、本やおもちゃなど落ち着くために必要となる物をまとめておきます。
- **小銭を含む現金**
- **緊急連絡先**

情報を得る

停電の前、間、後で、自分やほかの人を助ける方法を知っておきます。

停電時に行うこと

- **食品の安全を守る**：冷蔵庫と冷凍庫のドアを可能な限り閉じておきます。その後、次の順序で食品を消費します。冷蔵庫の生鮮食品、冷凍庫の食品、次に、非生鮮食品および常備食品。
- **すべての不要な電気機器の電源を切り、プラグを抜きます**。停電のときに使用していたコンロなどの調理器具、機器、電気製品を取り外します。停電が終わった時点で、サージやスパイクが機器に損傷を与えることがあります。停電が終わったことがわかるよう、電灯の電源を1つだけオンにしておきます。
- **一酸化炭素警報器が鳴った場合**：屋外にすばやく避難するか、窓やドアを開けます。その場所から助けを呼びます。
- **発電機の安全な使用**：小型発電機を使用する場合は、発電機に機器を直接接続します。注：家庭の電気系統に発電機を接続しないでください。

停電が終わったときにすること

- **電線には触れないでください。** 家族全員に電線から離れるよう指示します。電線が落下している場合は、地域の警察や該当する市の職員に知らせます。
- **安全でない食品を捨てる：** 2時間以上4°C (40 °F) にさらされた食品、におい、色、質感が異常な食品は、捨ててください。疑わしいときは、破棄することです。安全を確認するため、外観やにおいだけに頼ったり、食べたりしないでください。冷凍庫が4°C (40 °F) 以下で氷の結晶がある場合は、冷凍できます。食品の温度を確認するには、温度計を使用します。