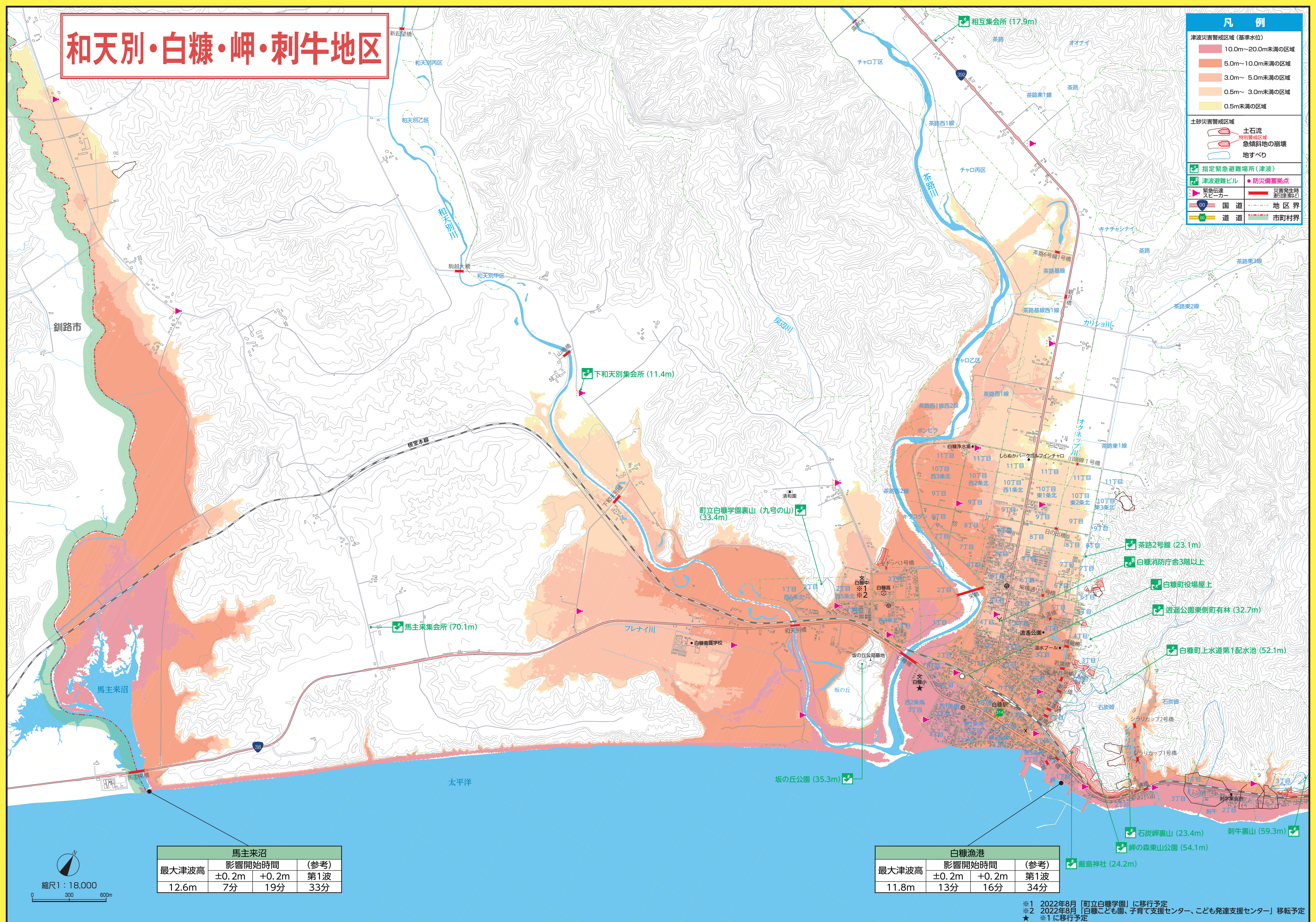
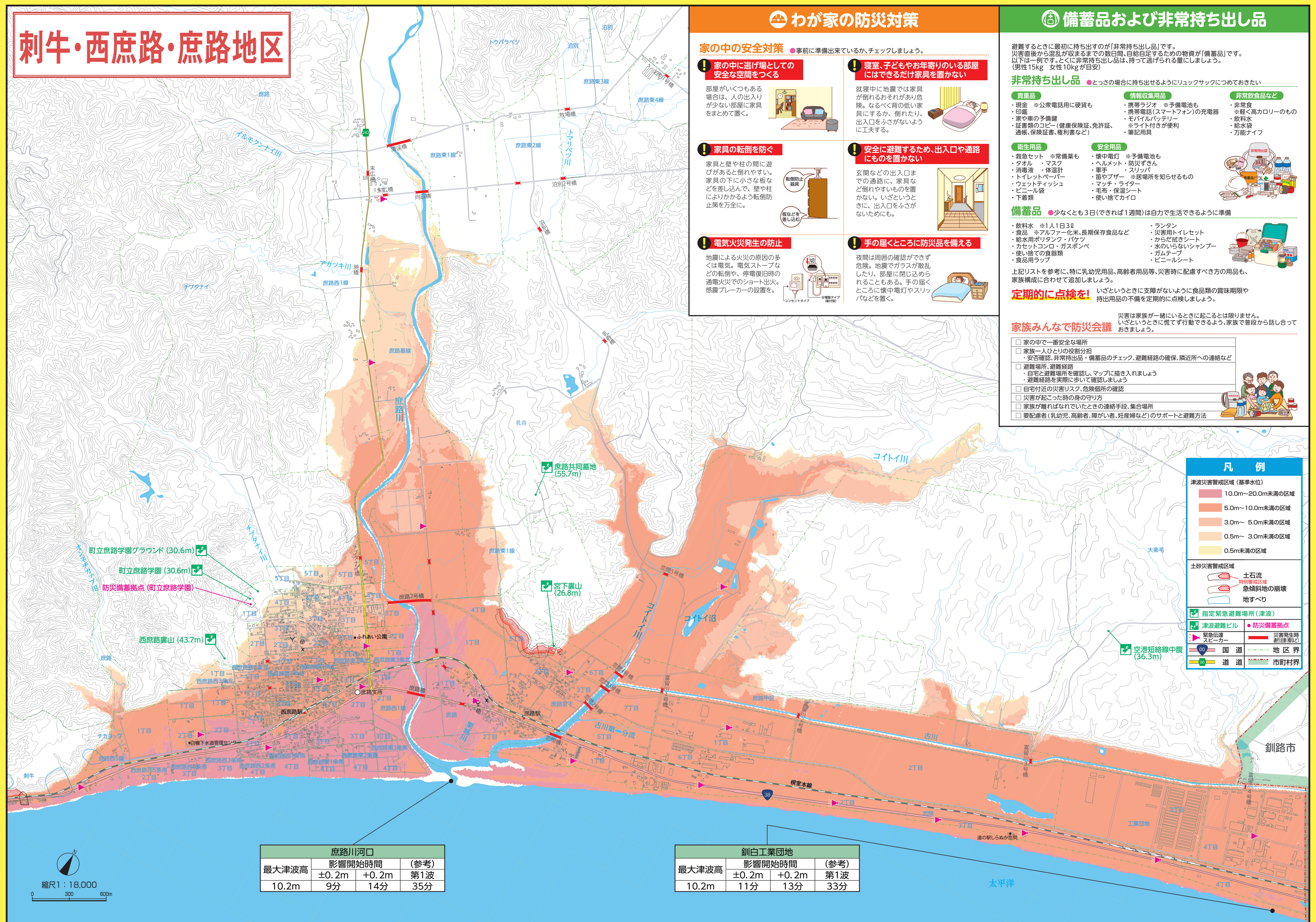


和天別・白糠・岬・刺牛地区



刺牛・西庶路・庶路地区



わが家の防災対策

家の中の安全対策 ●事前に準備出来ているか、チェックしましょう。

● 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。

● 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるよう転倒防止策を万全に。

● 電気火災発生防止

地震による火災の原因の多くは電気。電気ストーブなどの転倒や、停電復旧時の通電火災でのショート着火、感震ブレーカーの設置を。

● 手の届くところに防災品を備える

夜間には周囲の確認ができず危険。地震でガラスが散乱したり、部屋に閉じ込められることもある。手の届くところに懐中電灯やスリッパなどを置く。

備蓄品および非常持ち出し品

避難するときに最初に持ち出すのが「非常持ち出し品」です。災害直後から混乱が収まるまでの数日間、自給自足するための物資が「備蓄品」です。以下15kg 女性10kgが目安

非常持ち出し品 ● 3つさの場合に持ち出せるようにリュックサックにつめておきたい

貴重品 ● 現金 ※公衆電話に硬貨も ● 印章 ● 車や車の予備 ● 証券類のコピー(健康保険証、免許証、通帳、保険証書、権利書など)

情報収集用品 ● 携帯ラジオ ※予備電池も ● 携帯電話(スマートフォン)の充電器 ● モバイルバッテリー ● ライト付きが便利 ● 筆記用具

非常食 ● 非常食 ※軽く高カロリーのもの ● 飲料水 ● 給水袋 ● 万能ナイフ

衛生用品 ● 救急セット ※常備薬も ● タオル ● マスク ● 歯ブラシ ● トイレトレーニングペーパー ● ウェットティッシュ ● ニール袋 ● 下着類

安全用品 ● 懐中電灯 ※予備電池も ● ヘルメット ● 防災ずきん ● スリッパ ● 音やアザー ※居場所を知らせるもの ● マッチ ● ライター ● 毛布 ● 保温シート ● 使い捨てカイロ

備蓄品 ● 少なくとも3日(できれば1週間)は自力で生活できるように準備

● 飲料水 ※1人1日3L ● 食料 ※アルファライズ米、長期保存食品など ● 衛生用品 ※ティッシュ、パティ ● カセットコンロ ● ガスボンベ ● 使い捨ての食器類 ● 食品用ラップ

上記リストを参考に、特に乳幼児用品、高齢者用品等、災害時に配慮すべき方の用品も、家族構成に合わせて追加しましょう。いざというときに支障がないように食品類の賞味期限や

定期的な点検を! 持ち出し品の不備を定期的に点検しましょう。

家族みんなで防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるわけではありません。いざというときに慌てず行動できるよう、家族で普段から話し合っておきましょう。

● 家の中で一番安全な場所

● 家族一人ひとりの役割分担

● 避難場所、避難経路

● 自宅付近の災害リスク、危険箇所の確認

● 災害が起きた時の身の守り方

● 家族が離ればなれだったときの連絡手段、集合場所

● 要配慮者(乳幼児、高齢者、障がい者、妊産婦など)のサポートと避難方法