

万が一の時のために



地震から身を守るための

十箇条

安全と火の始末を図ったうえで、しばらく様子を見ましよう。

しておくことも大切です。落ちて着いて行動しましょう。また、隣近所への声かけなど、地域での助け合いが大切です。

十、正しい情報を聞く

事実は一つです。ラジオやテレビなどから正しい情報をつかみ、的確な行動をとりましよう。

日頃の備えとして

もし避難所等に逃げることもできたとしても、何らかのトラブルによって、生活していくうえで必要なものがすぐに支給されない、ということも考えられます。日頃から次に挙げる物を準備し、万が一の時のために備えましよう。

非常食

(家族3日分の食料)、飲料水(水筒・ビン入り) 1日1人3リットル、カンパン、缶づめ類(缶切り)、ビスケット、インスタントラーメン

救急セット

消毒薬、傷ぐすり、脱脂綿、包帯、ガーゼ、はさみ、ばんそうこう、家庭常備薬、ティッシュペーパー

衣類

セーター、ジャンパー、下着(1〜2枚)、靴下、タオル、石けん、軍手、厚手のゴム手袋、毛布または寝袋

赤ちゃんがいる場合

粉ミルク、ほ乳ビン、紙おむつ

お年寄りがいる場合

看護用品、常備薬、紙おむつ

その他、懐中電灯、携帯型ラジオも準備しておきましよう。

防災のポイントは、

- ・ 日常の準備
- ・ 家族みんなの意識
- ・ 自分たちの地域は自分たちで守るという心構えです。

また、今回挙げたポイントを皆さん自身の防災への心得と組み合わせ、今後の防災へとお役立てください。

非常口 →



昨年十月の新潟県中越

地震をはじめ、十二月の

インドネシア・スマトラ

沖地震、今年三月の福岡

県西方沖地震など、この

ところ異常ともいえるほ

どの数の大地震が発生し、

多くの方が被災されています。

四、戸を開けて出口を確保

出口の確保は大切です。逃げ口を失ったら避難ができません。

五、あわてて外に飛び出さない

屋内のほつが安全なことが多いといわれています。身の

八、狭い路地やブロック塀には近づかない

屋外にいる時に地震が起きたら、ビルや公園などに避難しましよう。また、落下物やブロック塀の倒壊の危険区域には近寄らないようにしましよう。

九、避難は徒歩で

事前に複数の避難路を確認

七、協力し合って応急救護

多数の負傷者が出れば病院などでの手当にも限界があります。地域ぐるみでの応急救護の体制づくりが大切です。

六、山くずれ、がけくずれに注意

山くずれ、がけくずれは、時として大きな災害をもたらします。住居地の自然環境をよく知っておくことが二次災害防止には大切です。

二、すばやく火の始末

普段から習慣づけておくことが大切です。火元付近に燃えやすいものを置かないことを心がけましよう。

三、火が出たらすぐ消火

もし火災が発生しても天井に燃え移る前ならあわてることとはありません。消火用具の用意を忘れずに。

一、まず身の安全を

ケガをしたら火の始末や避難行動に支障が生じます。家具類などの転倒・移動防止対策をしておくことが肝心です。