

非常持ち出し品・備蓄品を準備しよう

- 被災地に救援物資が届くまでには3日かかるといわれています。非常持ち出し品はひとつにまとめ、すぐ取り出せる場所に保管して、定期的に点検しましょう。
- 使用期限などをチェックして、新しいものに交換しましょう。

1次持ち出し品 (例)

貴重品

現金(10円がある)
と公衆電話利用に便利)、
預金通帳、印鑑、免許証、保
険証、権利証書など

飲料水

持ち運び用に
ペットボトル入りを

懐中電灯

できれば1人1つ、
予備電池も

携帯ラジオ

AM、FM 両方聞ける
ものと、予備電池も

非常食

カンパンや缶詰など
火を通さなくても食べられるも
の。缶切り、栓抜きも忘れずに

救急医薬品・常備薬

ばんそうこう、傷薬、包帯、
胃腸薬、持病の
ある人は常備薬
など

タオル・下着・ 靴下など

その他

ティッシュ、軍手、ロープ、マッチ、
洗面用具、簡易トイレ、生理用品など

2次持ち出し品 (例)

食料

米や簡単な調理で食べ
られる食品

燃料

卓上コンロや固形燃料

飲料水

1人1日3リットルが目安。
ポリタンクなどに保存しておく

こんなものも必要です

- 赤ちゃんがいる場合
粉ミルクやほ乳びん、離乳食、紙おむつなど
- お年寄りがいる場合
予備のメガネ、入れ歯、補聴器、大人用おむつなど

災害時の家族の安否確認は・・・

●災害用伝言ダイヤル「171」を利用する

NTTでは、震度6弱以上の地震発生時など、被災地への安否確認電話の集中が予測される場合に、災害用伝言ダイヤルサービスを開始します。事前契約は不要で、サービスの開始はテレビなどでお知らせします。(自宅の電話・公衆電話又は携帯電話)

●携帯電話の「災害用伝言板」を利用する

携帯電話各社は、大規模災害発生時などに災害用伝言板サービスを提供します。被災地の人の安否情報を伝言板に登録でき、登録された伝言は、同じ会社の携帯電話はもちろん、他社の携帯電話やPHS、パソコンからも確認することができます。

●災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

1 7 1 → 伝言を録音するときは **1** → ○○○-×××-△△△△ → 伝言を吹き込む
→ 伝言を再生するときは **2** → ○○○-×××-△△△△ → 伝言を聞く

被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の人の電話番号を市外局番から入力

●携帯電話の「災害用伝言板」の使い方

各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開く

→ 伝言を登録するときは → 「登録」を選択して伝言を入力する
→ 伝言を確認するときは → 「確認」を選択し、被災者の携帯電話番号を入力して伝言を見る

家・家具・備蓄品

家庭での安全対策や、避難するときのための非常持ち出し品・備蓄品を準備することは、私たちが日頃からできるもっとも手軽で有効な地震対策です。

家庭での安全対策

家の中の安全対策

- 人の出入りが少ない部屋に家具をまとめましょう

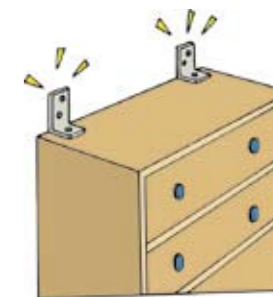


- 寝る部屋の家具は、体の上に倒れてこないように置きましょう

- 通路や出入り口には荷物を置かないようにしましょう



- L字型金具や重ね留め用金具、転倒防止シートなどで家具の転倒や落下を防ぎましょう



- 窓ガラスや食器棚のガラスに飛散防止フィルムをはりましょう

家の中の安全対策

屋根

- 屋根がわらにひび割れ、ずれ、はがれがあれば補強しておきましょう
- アンテナはしっかり固定しましょう

ベランダ

- ベランダは常に整理整頓を
- 植木鉢は落下しないよう低い位置に置きましょう

プロパンガス

- 鎖でしっかりと固定しておきましょう

ブロック塀

- ひび割れや傾きがあれば修理しておきましょう
- 土中にしっかりと基礎部分がないものや、鉄筋が入っていないものは補強しておきましょう

