

災害に備えて

Preparation for Possible Disasters

备灾

เตรียมพร้อมแก่งภัยธรรมชาติ

災害時に備えて準備しておくものは、家族構成を考えて必要数をそろえ、保管しておきましょう。非常持出品は、リュックサックなどの非常持出袋に入れて保管し、それ以外の備蓄品とは分けておきましょう。また、使用(消費)期限を定期的に点検しましょう。



※大規模災害の発生直後は、ライフラインの寸断等により、救護物資がすぐには届かないことも考えられます。発災から最低3日分の非常食及び飲料水を準備しておく必要があります。

最低限準備しておくべきもの (非常持出品)

●懐中電灯

できれば一人に一つ用意を。予備電池・電球もあわせて準備。



●携帯ラジオ

AM・FM両方を聴けるものを用意。予備電池も多めに準備。



●救急医薬品

消毒薬、包帯、絆創膏、かぜ薬、解熱剤、胃腸薬など。常備薬があれば必ず準備。



●非常食及び飲料水

調理の不要な缶詰、乾パンなど、3日分を用意。水はペットボトルで準備を。



●現金・貴重品

現金には、公衆電話の活用を考慮して、十円硬貨も入れておくこと。貴重品は、預金通帳、健康保険証、免許証のコピーや印鑑など。



●ヘルメット・軍手・タオル着替え (上着・下着)

一人ひとりに準備。着替えの衣類は、長袖・長ズボンを用意。



●その他

ライター・マッチ、ろうそく、ナイフ、缶切り、ビニール袋、ティッシュ、ウエットティッシュ、ビニールシート、生理用品など。乳幼児やお年寄りがある家族は、ほ乳瓶、粉ミルク、紙おむつなども忘れずに。



●東日本大震災で特に役立ったもの

笛、身元や連絡先を記したカード、病院の診察券、病名・処方薬を書いたメモ



覚えておきましょう! 災害時の連絡方法

●安否確認の主な方法には、次のようなものがあります。

体験利用などの機会をとらえて、実際の使いかたを覚えておきましょう。

171
災害用伝言ダイヤル
(音声)

(携帯電話)
災害用伝言板サービス
(文字)

web171
災害用ブロードバンド伝言板
(文字)

「171災害用伝言ダイヤル」の利用方法 (例: 被災地から録音し、被災地外で聞く場合)

被災地

- ① 171をダイヤル
- ② 「1」(録音)を選ぶ
- ③ 自分(被災地)の電話番号をダイヤル
- ④ メッセージの録音



被災地外

- ① 171をダイヤル
- ② 「2」(再生)を選ぶ
- ③ 被災地の方の電話番号をダイヤル
- ④ メッセージの再生



詳しくは「災害時の電話利用方法」(社)電気通信事業者協会: <http://www.tca.or.jp/information/disaster.html>