

災害に備えよう!!

感染症対策も忘れずに

施設課 新井 洋一



皆さんは万が一の災害に備えて何か対策をしていますか？

災害といえれば地震ですが、最近では異常気象による突然の激しい雨や、長期に渡る豪雨での洪水、土砂崩れといった被害が目立ってきており避難所へ非難するケースが増えています。

備えておくことは命を守るためにとっても重要です。簡単にまとめて見ましたので参考にしてください。

避難経路と避難場所の周知徹底

市町村からハザードマップや防災ブックなどが配られていると思います。また、スマートフォンをお持ちの

方は、防災のアプリなどもあります。そういったものを活用し、事前に安全な避難経路と避難場所を確認しておきましょう。安全な場所に親戚や知人がお住いの場合は、そちらへの避難も相談しておくとういでしょう。

また、実際に避難経路を歩いて安全を確認しておくことも重要です。

連絡方法の確認

家族、知人、かかりつけ医等と災害時の連絡方法を確認しておくとういでしょう。



☆災害時持出し用品リスト☆

※非常用持ち出し袋へ入れておく

〈生活用品〉

- ◇飲料水
- ◇食品(3日分)
- ◇着替え
- ◇靴(紐なしズックが◎)
- ◇タオル
- ◇雨具
- ◇眼鏡・コンタクトレンズ
- ◇洗面用具
- ◇生理用品
- ◇ティッシュ・ウェットティッシュ
- ◇トイレットペーパー(芯を抜く)
- ◇一般的な薬
- ◇体温計
- ◇救急セット(絆創膏・消毒・包帯など)
- ◇ポリ袋・ラップ
- ◇使い捨てカイロ
- ◇マスク
- ◇手指消毒液・石鹸

〈子供用品〉

- ◇ミルク(哺乳瓶)
- ◇離乳食
- ◇携帯カトラリー
- ◇紙おむつ
- ◇おしり拭き
- ◇子供の靴
- ◇抱っこ紐

※コピーなどの紙はジップ付きビニール袋へ入れておく

〈貴重品〉

- ◇現金
- ◇身分証明書、健康保険証(コピー可)
- ◇預金通帳・クレジットカード
- ◇家族・親戚の連絡先

〈防災品〉

- ◇懐中電灯
- ◇ラジオ
- ◇ろうそく・マッチ・ライター
- ◇防災用ヘルメット・帽子
- ◇笛・ブザー
- ◇防塵マスク
- ◇非常用給水袋・タンク
- ◇軍手
- ◇サバイバルブランケット
- ◇簡易トイレ

〈持病のある方・高齢者〉

- ◇経口薬(一週間分)
- ◇緊急時お願いカード
- ◇お薬手帳(コピー可)
- ◇病状に関するメモ・手帳など
- ◇大人用おむつ・吸水パッド
- ◇杖・補聴器
- ◇入れ歯・洗浄剤

〈その他〉

- ◇携帯充電器・電池
- ◇筆記用具(油性ペンなど)
- ◇ノート
- ◇はさみ・カッター
- ◇ガムテープ(芯をぬく)
- ◇レジャーシート