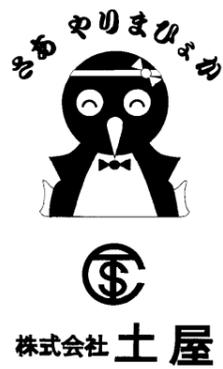


東北地方太平洋沖地震により 被災された皆さまに 心よりお見舞い申し上げます。 一日も早い復興を心より お祈り申し上げます。



発行所
株式会社 土屋
0120-547-278

家のことは何でも
ツチヤ



新 防 力 災

家族で話しておくこと



- ・住んでいる地域の「サードマップ」を調べる
- ・家の中の危険な場所、安全な場所を確認
- ・津波の場合、帰宅困難になった場合…など、状況に応じた避難場所や経路、連絡方法を確認
- ・地域の避難訓練などに参加する

想定以上の災害が起こると考えておこう！

「もしも」を忘れない

備える 品薄な時に買いだめをしない

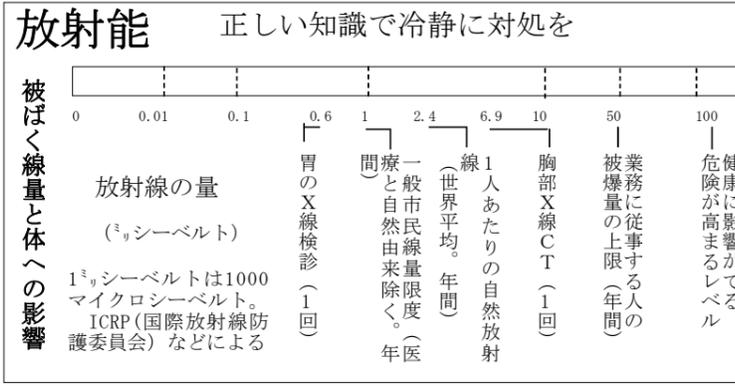
非常持ち出し品の一例 (重さの目安は男性15kg、女性10kg)

1次持ち出し品	さしあたっての必需品。素早く持ち出せる所に置く
貴重品	<input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 現金(10円玉も)
非常食品	<input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> チョコレート <input type="checkbox"/> ミネラルウォーター
医薬品	<input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> 傷薬 <input type="checkbox"/> 目薬 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> ばんそうこう <input type="checkbox"/> 包帯
衣類	<input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 靴 <input type="checkbox"/> 上着
照明器具	<input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池も用意) <input type="checkbox"/> ライター、マッチ <input type="checkbox"/> ろうそく
ラジオ	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池も用意)
その他	<input type="checkbox"/> 赤ちゃんがいるなら…おむつ、ミルク、離乳食など <input type="checkbox"/> ペットがいるなら…ペットフード、リードなど

2次持ち出し品	長期に備えた生活物資
食糧	<input type="checkbox"/> 米(10kg) <input type="checkbox"/> 調味料 <input type="checkbox"/> おかず(缶詰レトルト)
水	<input type="checkbox"/> 飲料水(1人1日3ℓが目安)
コンロ	<input type="checkbox"/> 卓上コンロ(カセットガスボンベ式)

- ★家具の固定。特にベッドまわりは注意
★キャスターはロックする。
★たんすの上など高いところに重い物を置かない
★扉があく方向に家具が倒れないよう、避難路を確保した家具配置
★食器棚の観音開き扉には耐震ラッチをつける
★ガラスには飛散防止フィルムをはる

東日本大震災の死者・行方不明者は約3万人にのぼる。地震、津波、原発事故が続き、被災者や被災地の人々を襲った。新防災力から取り上げたテーマなどの紹介する。参考になる備えを改



津波 警報を上回る高さになることも

- 小さな揺れでも津波の恐れがある。すぐに海辺から離れる
- 引き波から始まるとは限らない。津波情報に注目する
- 繰り返してやってくる。第1波以降に大きな波がくることも
- 河川をさかのぼる。海だけでなく川からも離れる
- 50cmの津波でも足をすくわれる。一度倒れると起きあがるのが難しい



避難の心得

- ◎沿岸部ではまず避難!
- ◎避難は「遠く」より「高く」
- ◎テレビやラジオで情報を入手!
- ◎「大丈夫だろう」と思わない

原発から30km圏内など周辺地域

日常生活

- ・窓を閉め、換気扇・エアコンを止める(外気を入れない)
- ・洗濯物は屋内に干す
- ・外出する場合は、マスクやねれぐれで鼻と口をふさぐ
- ・帽子やコートを着て、皮膚の露出を避ける
- ・雨の場合、カッパや傘を使い、ぬれないようにする。服がぬれたら着替える
- ・体がぬれたら、シャワーを浴びるかぬれぬでふく
- ・脱いだ服は普通に洗濯して大丈夫
- ・使った雨具はポリ袋に入れ、軒先に保管。繰り返し使っても大丈夫

食べ物 飲み物

- ・外にあった物は食べない
- ・野菜はよく洗い、皮をむく

その他の地域

日常生活

- ・雨には傘を
- ・洗濯物は外に干しても大丈夫
- ・不要な買いだめをしない
- ・近くの放射線量に注意する
- ・不正確な情報に惑わされない

食べ物 飲み物

- ・野菜はよく洗い皮をむく
- ・近くの水、野菜の放射線量の情報に注意する

安否確認 音声電話はなかなかつながらない

災害用伝言ダイヤル171

自宅の電話番号を入力した後、30秒間の伝言が録音できる

安否を知りたい人の自宅の電話番号を入力すると、伝言が聞ける

*停電時には、IP電話やファックスつき電話機などは使用不能に
*携帯電話でも使えるが、録音時に入力する固定電話の番号が必要

災害用伝言板

iモード、EZwebなどの携帯サイトに登場する伝言板に情報などを登録できる

安否を知りたい人の携帯電話番号を入力すると、伝言が読める。登録されていない場合も「伝言して」と伝えられる。スマートフォンの場合、伝言登録できる機種が少ない

メール

平常時と同じメールの送受信
平常時より届くのが遅れることがある

Web171

パソコンやスマートフォンで電話番号を入力し、伝言の登録ができる。サイトが安否を知りたい人の番号を入力すれば伝言が読める。知名度が高くないので、事前に家族に知らせておくことが必須