



今回は、臨時号として「災害への備え」の特集です。高齢者・障がい者・子ども・若者のトラブル防止のための見守り情報として、災害が起きる前にできることや、準備しておく防災グッズなど役立つ内容をまとめました。

### 地震、豪雨...災害が起きる前にできること！



- ◆家具の置き方、工夫していますか？
  - ・地震の際は、倒れてきた家具で大ケガをする可能性があります。
  - ▷家具が倒れないよう、壁に固定しましょう。倒れた時に出入口をふさいだりしないよう、家具の向きや配置を工夫しましょう！
- ◆食料・飲料などの備蓄、十分ですか？
  - ・電気やガス、水道などのライフラインが止まる可能性があります。
  - ▷電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備え、普段から飲料水や保存のきく食料などをローリングストック(日常備蓄)しておきましょう。
- ◆非常用持ち出しバックの準備、できていますか？
  - ・災害はいつ起こるかわかりません。
  - ▷非常時に持ち出すべきものを、あらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- ◆ご家族同士の安否確認方法、決まっていますか？
  - ・被災地への電話が殺到し、回線が混雑して大変繋がりにくくなります。
  - ▷ご家族との連絡手段には、「災害用伝言ダイヤル171」や「災害用伝言版web171」などを活用しましょう。
- ◆避難場所や避難経路、確認していますか？
  - ・地震、津波、豪雨、噴火など災害の種類によって安全な避難場所が異なります。
  - ▷那須烏山市では、ホームページ等で防災情報を配信しています。地域のハザードマップで、どのような危険があるか、避難場所や避難経路などを確認しておきましょう。



災害用伝言版web171 QRコード\*



### 《政府広報『防災・減災』お役立ち情報》

- ▶政府広報で制作した防災・減災に役立つコンテンツをテーマ別・災害別にまとめた情報です。
- ▶自然災害から命を守るため、知ってほしい情報が確認できます。



QRコード\*

URL:[https://www.gov-online.go.jp/tokusyuu/cu\\_bosai/](https://www.gov-online.go.jp/tokusyuu/cu_bosai/)

# 災害に備えて準備しておく 防災グッズ

一晩を過ごせる程度の防災グッズをポーチにまとめて持ち歩きましょう。・・・①

- 飲食物：水、携帯食
- 装備品：ホイッスル、ライトなど
- 情報関連：モバイルバッテリー、現金など
- 救急・衛生用品：持病薬、携帯トイレ、マスクなど
- 防寒用品：使い捨てカイロ、アルミ製保温シート
- 汎用品：手ぬぐい、ポリ袋など



①の防災ポーチの他に、非常持ち出し品を用意し、リュックなどに入れて、寝室や玄関などに置きましょう・・・② ※避難時は①+②

- 飲食物：水、携帯食
- 装備品：ヘルメット、軍手、運動靴など
- 情報関連：家族の写真、筆記用具、現金など
- 救急・衛生用品：持病薬、救急箱、歯磨きセット、ウエットティッシュ、生理用品、紙おむつなど
- 汎用品：タオル、布製ガムテープ、ラップなど
- その他：衣類・下着、通帳・保険証券等のコピーなど

## ひとことアドバイス

- ◆上記は目安です。各家庭に合った量や備品を準備しましょう。
- ◆この他、自宅で避難生活を送る場合に備え、一人当たり最低3日分、できれば1週間分の備蓄をしましょう。
- ◆普段使用している食料は多めに買い置き、消費したら買い足すローリングストック(日常備蓄)の流れを作ると良いでしょう。



消費者トラブルに関するご相談は・・・

那須烏山市消費生活センター ☎0287-83-1014

受付時間：9:00～12:00/13:00～16:30（土日祝日・年末年始を除く）

那須烏山市役所烏山庁舎(1階)商工観光課内

～専門の相談員と一緒に解決の方法を考えます～