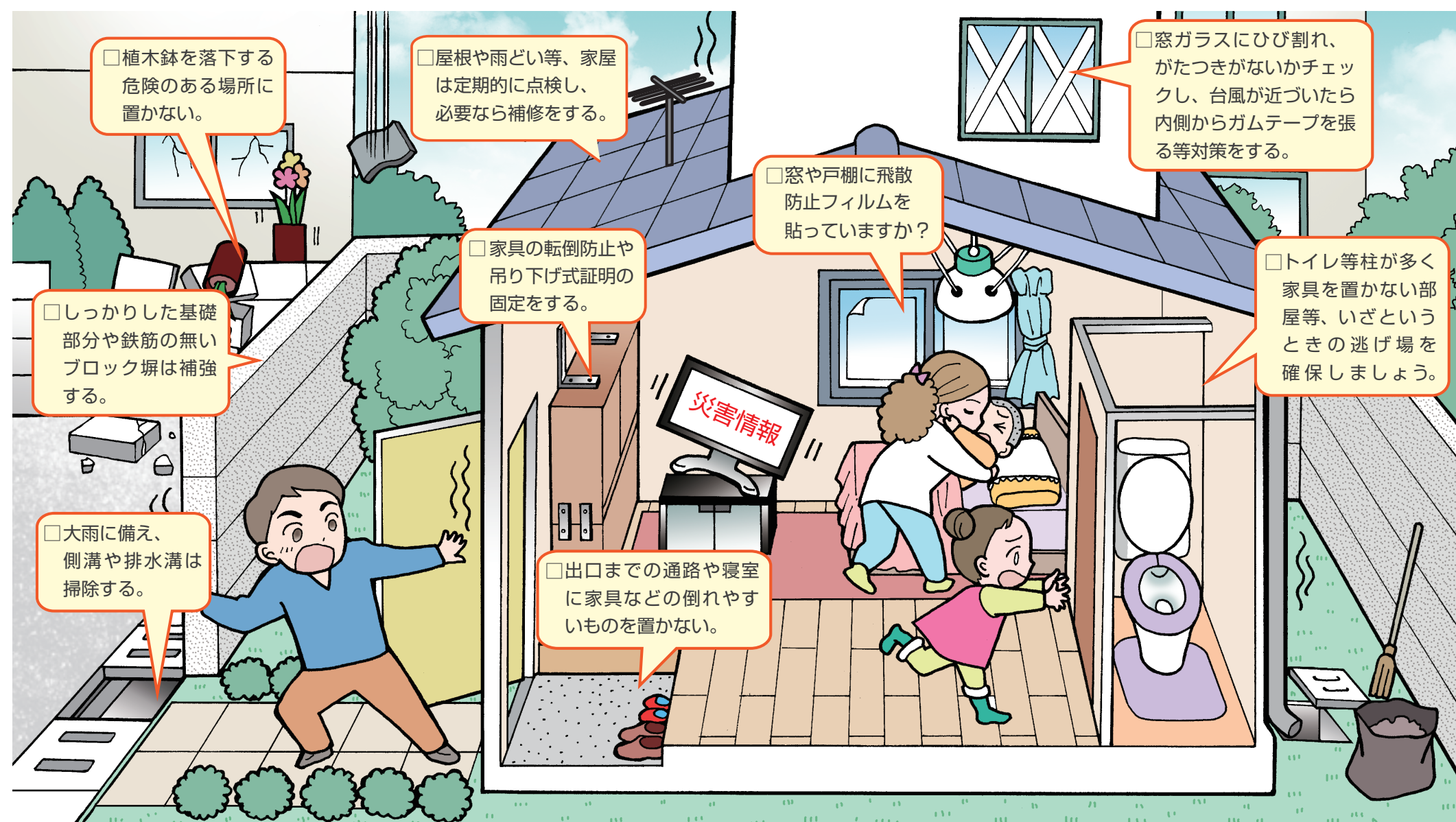


あなたの家の安全対策はだいじょうぶですか？

定期的に家の中や周囲をチェックしておきましょう。
台風の場合などで、風雨が強まってから屋根などの補強をするのは非常に危険です。絶対にやめましょう。



●非常持ち出し品 チェック しよう！

「非常持ち出し品や備蓄品などの準備」(大阪府)より

非常持ち出し品

- | | | |
|--|---|--|
| ●貴重品
☐ 現金 (公衆電話用に10円玉も)

●飲料水・非常食
☐ 缶入り乾パン
☐ 飲料水 (500mlペットボトル)

●救急袋
☐ 毛抜き ☐ 消毒薬
☐ ガーゼ (滅菌) ☐ 包帯
☐ 脱脂綿 ☐ ばんそうこう
☐ 三角巾 ☐ 常備薬・持病薬など | ●衛生用品
☐ マスク ☐ アルコール消毒薬
☐ 体温計 ☐ 台所用洗剤
☐ 手洗い洗剤

●情報・照明
☐ 携帯ラジオ
☐ 懐中電灯 (できれば1人に1つ)
☐ ローソク
☐ 携帯電話の充電器・モバイルバッテリー | ●生活用品
☐ ライター ☐ 十徳ナイフ
☐ 軍手・手袋 ☐ ロープ
☐ 簡易トイレ ☐ トイレットペーパー
☐ ティッシュペーパー
☐ レジャーシート
☐ サバイバルブランケット
☐ タオル ☐ ウェットティッシュ
☐ 筆記用具 ☐ 油性マジック (太)
☐ 布製ガムテープ ☐ ポリ袋
☐ ラップ (止血・食器覆い用)
☐ 歯ブラシ・歯磨き粉・洗口液 |
|--|---|--|

個人や家庭の事情にあわせ備えを検討するもの

必需品・貴重品類	赤ちゃん用品	高齢者用品	女性用品※2
☐ 預貯金通帳 ☐ 運転免許証 ☐ 鍵 (自宅・車等) ☐ 健康保険証 ☐ パスポート・在留カード・特別永住者証明書 ☐ 予備メガネ・コンタクトレンズ等 ☐ お薬手帳 ☐ 義歯 ☐ 支援プラン (一人で避難することに不安がある方)	☐ 粉ミルク ☐ 哺乳瓶 ☐ 離乳食 ☐ おやつ ☐ スプーン ☐ 着替え ☐ 洗淨綿 ☐ 紙おむつ ☐ ガーゼ ☐ 毛布 ☐ バスタオル ☐ おしりふき ☐ おんぶひも ☐ 玩具 ☐ 母子手帳 ☐ ベビーカー	☐ 高齢者手帳 ☐ 予備メガネ ☐ おむつ ☐ 看護用品 ☐ 着替え ☐ 持病薬 ☐ おしりふき	☐ 生理用品 ☐ サニタリーショーツ ☐ おりものシート ☐ 中身の見えないごみ袋 ☐ 防犯ブザー / ホイッスル

リュックサックなど両手が自由に動かせるものに入れておき、いつでもすぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。
家族構成を考え必要最小限に絞り込み、一度背負ってみましょう。また、少なくとも年に一度は点検しましょう。

※あくまで目安です。自分で持って避難できる量にしましょう。

女性は約10kgが目安。

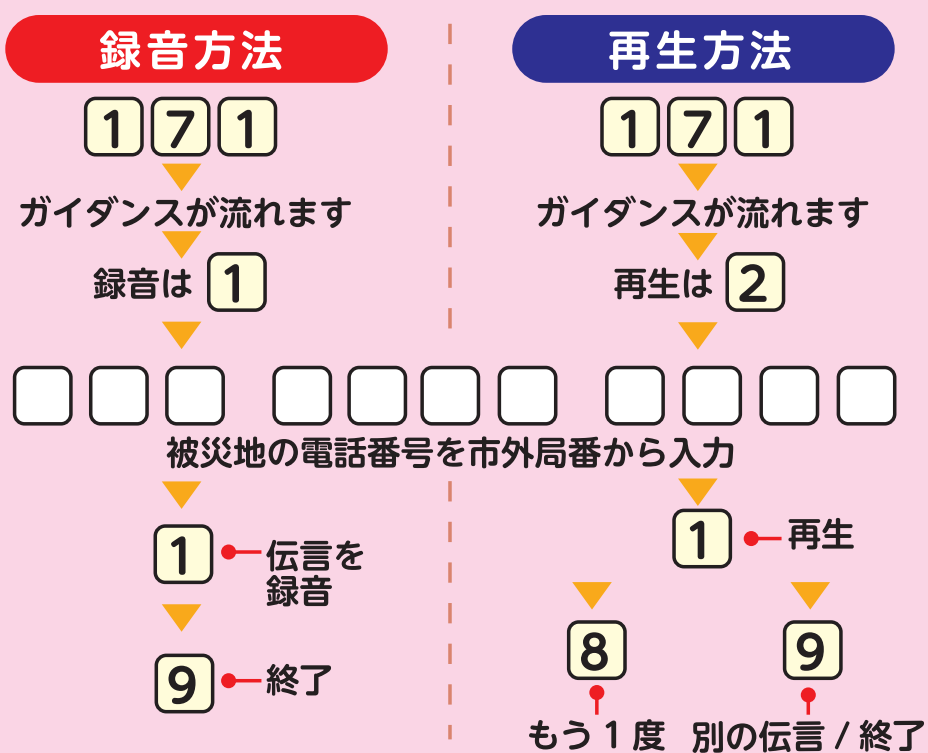
男性は約15kgが目安。

防災の便利ツールなど

電話が使えないとき・・・

大規模な災害時には、一般電話や携帯電話の通話が制限されます。
N T Tの災害用伝言ダイヤルや携帯電話の災害用伝言板を活用して、家族や友人に連絡しましょう。

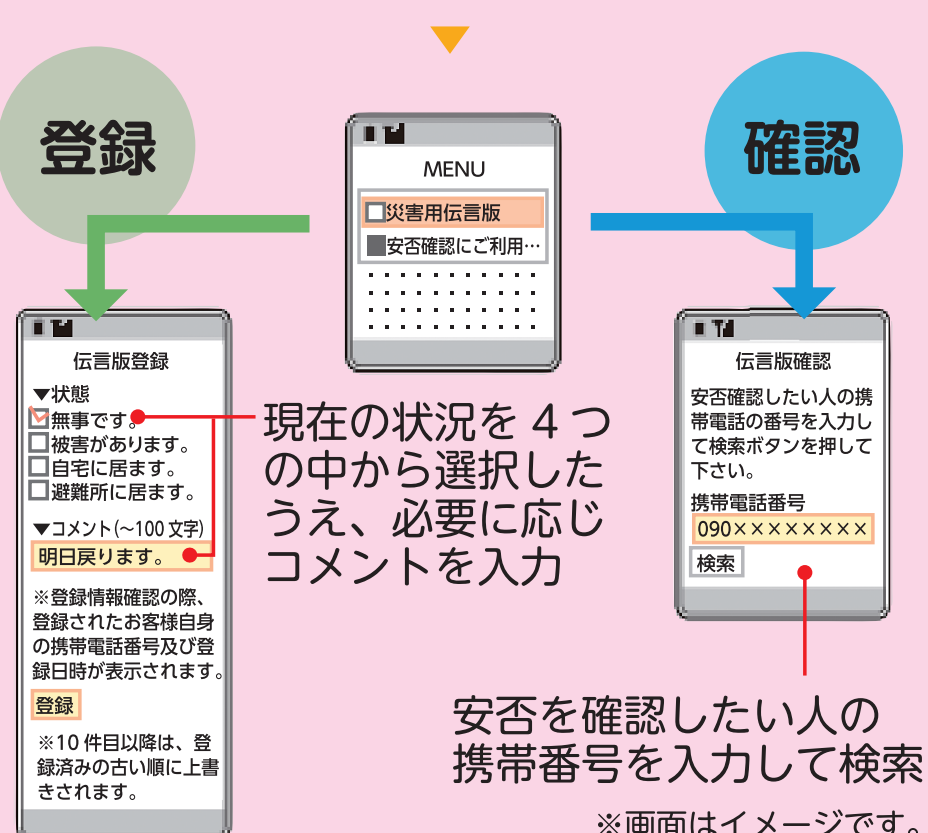
災害用伝言ダイヤル (171) の使い方



◆体験利用日
 毎月1日及び15日 00:00～24:00
 正月三が日 (1月1日 00:00～1月3日 24:00)
 防災週間 (8月30日 9:00～9月5日 17:00)
 防災とボランティア週間 (1月15日 9:00～1月21日 17:00)

災害用伝言板の使い方

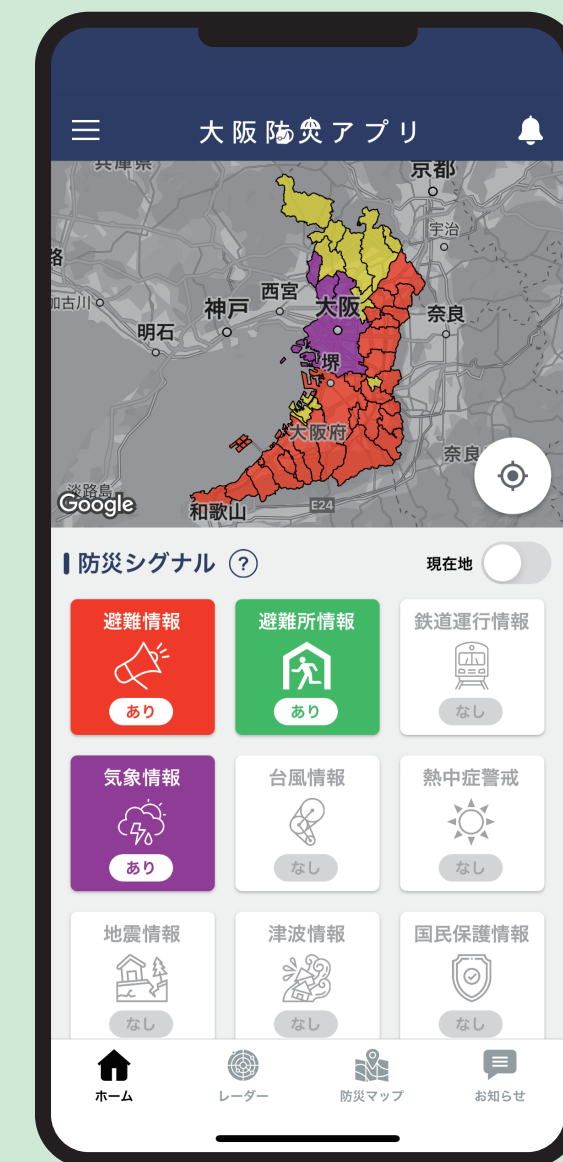
各社の災害用伝言板サイト QR コード



大阪防災アプリ

雨雲レーダーの確認や備蓄品チェックリストの作成ができるほか、災害時には避難所開設情報や避難所までのルート等の確認、気象庁からの情報をプッシュ通知で受け取ることができます。

防災アプリダウンロード QR コード



おおさか防災ネット

<http://www.osaka-bousai.net/osaka/>
 地震・津波・台風情報や気象に関する注意報・警報、府内に発表される避難指示情報や、ライフライン情報へのリンクなど幅広い防災情報を提供しています。
 また、携帯メールアドレスを「防災情報メール」に登録しておくと、気象・地震・津波情報などがメールで配信されます。登録方法 / 解除したい場合も同じ方法です。
 「touroku@osaka-bousai.net」へ空メールを送信すると登録 (解除) 用メールが送られてきます。バーコードリーダー機能付き携帯なら QR コードを読み取り送信してください。

旭区内の医療機関情報

大阪市旭区医師会

<http://www.asahi.osaka.med.or.jp>

医療機関ガイド
 医療機関を診療科など検索条件を指定して検索できます。

