

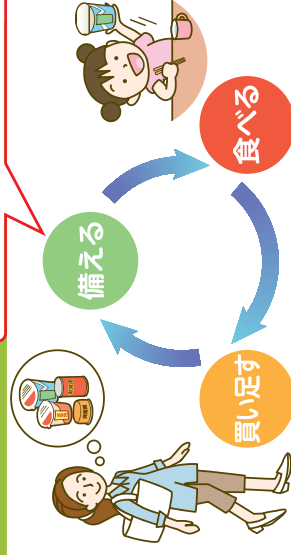
●家庭に備えておくもの

非常備蓄品

- 飲料
 - 飲料水（2Lペットボトル）
 - 非常用給水袋
- 食料
 - アルファ米
 - 乾パン
 - パン缶
 - インスタントラーメン
 - 缶詰類
 - レトルト食品
 - スープ
 - 味噌汁
 - ビスケット
 - キャンディ
 - チョコレート
 - 塩
- 衣類
 - 上着
 - 下着
 - 靴下
- 生活用品
 - タオル
 - バスタオル
 - 毛布
 - 雨具
 - 予備電池
 - 卓上コンロ
 - ガスボンベ
 - 固形燃料
 - 鍋
 - ラップ
 - アルミホイル
- やかん
- 皿（紙・ステンレスなど）
- コップ（紙・ステンレスなど）
- わりばし
- スポンジ
- フォーク
- 歯ブラシ
- 石鹸
- ドライシャンプー
- 携帯電話の充電器
- 新聞紙
- 使い捨てカイロ
- 安全ピン
- その他
 - プルーフシート
 - ガムテープ（布製）

ローリングストック法

災害に備え、保存しておく非常食。消費期限を管理し、一定量の入替に手間がかかりません。このような手間を解消できるように、毎月家族で決めた日に1回分の非常食を食べ、食べた分をまた補充していく非常食の新たな備蓄方法「ローリングストック法」を導入してみよう。



女性は、
約10kg
が目安。

男性は、
約15kg
が目安。

※あくまで目安です。自分で持つて避難できる量にしましょう。

避難後に少し余裕がでてから安全を確認して自宅へ戻り持ち出したり、自宅で避難生活を送るうえで必要なもので、救援物資が届くまで1週間程度、自足するつもりで備えましょう。



家庭での非常食
備蓄量の目安
7日分

<資料編>

災害時に便利な連絡先等

- | | | |
|--|---|---------------------------------|
| ● 福島区役所 ☎6464-9986 (平日) ☎6464-9982 (夜間・休日) | ● 下水道(海老江管路管理センター) ☎6462-3919 (平日) ☎6947-7981 (夜間・休日) | ● ごみ(西北環境事業センター) ☎6477-1621 |
| ● 災害時避難所 (海老江東小学校) ☎6452-0565 | ● 水道(北部水道センター) ☎6391-6301 | ● 電話(NTT) ☎0120-444113 |
| ● 警察署(事件・事故) ☎110 | ● 道路(野田工営所) ☎6466-2157 | ● 天気予報 ☎177 |
| ● 消防署(火災・救急) ☎119 | ● 電気の事故(関西電力九条営業所) ☎0800-777-8011 | ● ラジオ(NHK第一) AM666キロヘルツ(kHz) |
| | ● ガス漏れ専用通報(大阪ガス) ☎0120-019424 | |

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。NTTの災害用伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言板を活用して、家族や友人に連絡しましょう。

① 災害伝言ダイヤル171

NTT西日本(一般電話・音声)
「171」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって伝言を登録・再生できます。



② 災害伝言板

安否情報を登録すると、家族や友人が携帯電話やパソコンから確認できます。詳しくは、各社のホームページなどをご覧ください。

携帯電話

災害
伝言板

パソコン
(テキスト、
音声、画像)

〈NTTドコモ〉

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

〈au〉

<http://dengon.ezweb.ne.jp/>

〈ソフトバンクモバイル〉

<http://dengon.softbank.ne.jp/>

〈ワイモバイル〉

<http://dengon.emnet.ne.jp/>

※ワイモバイル電話からは、災害用伝言板アプリからアクセスできます。

〈NTT西日本〉

「災害用ブロードバンド伝言板(web171)」

<https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>

※これらのサービスは、毎月1日と15日、正月三が日(1月1日~1月3日)、防災週間(8月30日~9月5日)、防災とボランティア週間(1月15日~1月21日)に体験利用ができますので、災害発生に備えて利用方法を事前に覚えておきましょう。

災害情報をお知らせします

緊急地震速報

気象庁では、強い揺れが到達する前に地震の発生をお知らせする、緊急地震速報を提供しています。最大震度5弱以上と推定した地震の際に、震度4以上の地域へ強い揺れが来る数秒~数十秒前にお知らせするものです。テレビで「まもなく強い揺れがきます」などというテロップが流れるなどの予告が行われますので、身を守るための適切な行動がすばやくできるように日頃から考えておきましょう。



緊急速報メール

大阪市では携帯電話各社の緊急速報メールサービスを利用して、災害発生時における避難勧告や指示などの緊急情報を大阪市内の携帯電話等に一齐配信します。

- 受信料は無料です。
- 受信すると専用着信音が流れ、内容がポップアップ表示されます。
- 一時的にエリア内にいる来阪者も情報が受信できます。

※携帯電話の機種により受信できない場合や、あらかじめ受信設定が必要な場合があります。

※緊急速報メール受信可能機種及び受信するための設定方法については各社のホームページをご覧ください。

〈NTTドコモ〉 <https://www.nttdocomo.co.jp/service/safety/areamail/>

〈au〉 <http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/kinkyu-sokuho/>

〈ソフトバンクモバイル〉 http://www.softbank.jp/mobile/service/urgent_news/