

# 災害に備えよう 日頃からできる防災

## Check 5 ローリングストックをご存じですか？

災害発生後は、救助活動が中心となり、支援物資の配給などはすぐに届かないことが予想されます。いざという時に備えて家庭で備蓄食品を用意しているでしょうか？

備蓄食品を置いていても、いつの間にか期限が切れていることも…そこで「ローリングストック」をおススメします。

「ローリングストック」とは普段の食事に利用する缶詰やレトルト食品などを備蓄食品とし、普段の生活で使用した分だけを新しく買い足して、常に一定量の備えがある状態にしておくことをいいます。

また、最近では様々な種類の食品やお菓子も備蓄用(保存期限が3年や5年)として販売されていたりもします。自分好みのものを選んで備蓄食品の確保をしておきましょう。



## Check 6 大阪市防災アプリをダウンロードしていますか？

大阪市では、災害時における的確で迅速な避難を支援し、避難に関する防災知識の普及を図るため、「大阪市防災アプリ」を提供しています。

「大阪市防災アプリ」からは、浸水想定図・避難場所・避難ビルなどの情報をはじめ、災害状況や避難時の注意点、避難するかどうかの判断に役立つ情報などが入手できます。



ダウンロード方法など、詳細は大阪市ホームページをご覧ください。



## Check 7 防災行政無線とは？

防災行政無線とは、区役所・小学校・広域避難場所などに設置している屋外スピーカーです。緊急時の災害情報を音声で通報しますが、場所や天候によっては聞こえない場合もあります。

その場合は、電話(06-6210-3899)でも放送内容を確認することができます。テレビやラジオでの情報にあわせて、いくつかの情報収集手段をもっておきましょう。

災害情報を知らせるのね!



大切なのは“日頃の備え”  
日常に“防災”の話題を!!



### ！ 出前講座やってます！

浪速区では区役所の防災担当職員が地域に出向き、防災・減災についての講義や、浪速区での取り組みをお話しています。ご希望の方は担当までお問い合わせください。

- 【対象】浪速区内に在住・在勤の方  
10人以上で構成された団体・グループ
- 【申込方法】開催希望日の2週間前までに申込書を提出してください。
- 【申込先】総務課 ☎06-6647-9625 ☎06-6633-8270



### ！ 後悔しませんか？

災害が起きた時に、あの時準備していれば…と思っても遅いです。後悔しないためにも「できることはやっておく」ことが大切です。

**自助**、**共助**という言葉聞いたことがあるでしょうか。

**自助**は、自分の命を自分で守るということです。

**共助**は、みんなで助けあって命を守るということです。

災害時、公的な助けはすぐに来ないと思ってください。自分の力、ご近所の力で助け合ってください。そのためにも、ご近所どうしのお付き合いも大切です。困った時に助け合えるように、日頃からあいさつをしたり、地域での行事に参加してみましょう。

いい天気ね

こんにちは!

