

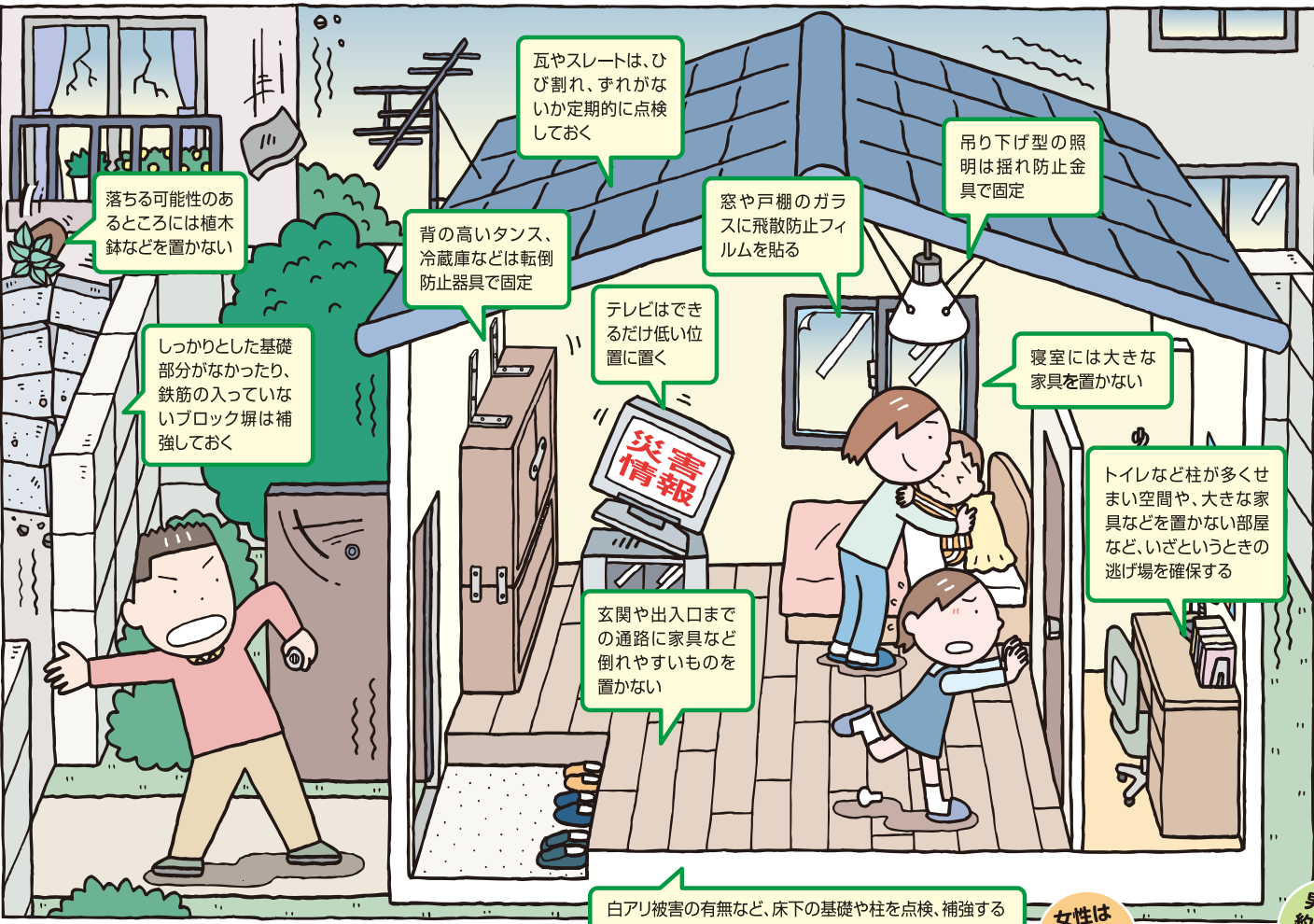
# 災害は忘れたころにやってきます

平穏無事な今のうちにこそ防災の意識を持って災害に備えるようにしましょう。

地震発生!	1分	3分	5分	10分~
<p><b>自分の命を最優先で守る</b> 激しい揺れは 数十秒~約1分程度</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●まずは落ちついて</li> <li>●身体をかくす</li> </ul>  <p>揺れを感じたら、家具などの下敷きにならないように、丈夫な物で身体を保護しましょう。</p>	<p><b>揺れがおさまったら</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●家族の安否(安全)確認</li> <li>●火元などの確認</li> </ul>  <p>揺れがおさまったら、家族の安否確認をしましょう。また、電気・ガスなどの元栓を閉めましょう。</p>	<p><b>隣近所の安全確認(余震に注意して)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●隣近所で声の掛け合い</li> </ul>  <p>●出火してしまったら 火災を見つけたら近所の人に大声で知らせ、近隣の方と協力して消火しましょう。</p>	<p><b>ラジオ等で情報収集</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●デマにまどわされない</li> </ul>  <p>ラジオ・テレビなどで正確な情報を収集しましょう。大規模災害時、災害伝言ダイヤル「171」や、災害伝言板などを活用しましょう。</p>	<p><b>地域ぐるみで助け合い</b></p>  <p>被災された方たちとともに、地域ぐるみで助け合いましょう。</p>

## 今のうちにできる対策から始めましょう!

1995年に発生した阪神淡路大震災では、家具が転倒するなどして部屋に閉じ込められた方が多数いたため、転倒防止を行ってください。また、室内はガラスが割れるなど大変危険ですので、はだしで歩かないでください。



## 非常持ち出し品の準備

下記以外にも必要と思われるものをいつでも持ち出せるよう、非常災害用リュックに詰めておきましょう。

基本品目32点	大人2人分の目安
<input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋	1個
<input type="checkbox"/> 缶入り乾パン(110g)	2個
<input type="checkbox"/> 飲料水(500mlペットボトル)	6本
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	2個
<input type="checkbox"/> ローソク	2本
<input type="checkbox"/> ライター	2個
<input type="checkbox"/> 救急袋	1袋
<input type="checkbox"/> 毛抜き*	1本
<input type="checkbox"/> 消毒液*	1本
<input type="checkbox"/> 脱脂綿*	適当量
<input type="checkbox"/> ガーゼ(滅菌)*	2枚
<input type="checkbox"/> ばんそうこう*	10枚~
<input type="checkbox"/> 包帯*	2巻
<input type="checkbox"/> 三角巾*	2枚
<input type="checkbox"/> マスク*	2枚
<input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬など*	適当量
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	1台
<input type="checkbox"/> 十徳ナイフ	1本
<input type="checkbox"/> 軍手・手袋	2組
<input type="checkbox"/> ロープ 5m~	1本
<input type="checkbox"/> レジャーシート	1枚
<input type="checkbox"/> サバイバルブランケット	2枚
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	2枚~
<input type="checkbox"/> タオル	4枚~
<input type="checkbox"/> ポリ袋	10枚
<input type="checkbox"/> トイレトーパー	1ロール
<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	2個
<input type="checkbox"/> 現金(公衆電話用の小銭)	約50枚
<input type="checkbox"/> ガムテープ(布製)	1個
<input type="checkbox"/> 油性マジック(太)	1本
<input type="checkbox"/> 筆記用具	1セット
<input type="checkbox"/> 生理用品	適当量


※は救急袋の中に入れておく。

重要な災害情報は防災行政無線により直接皆さんにお知らせします。

### 防災行政無線試験放送のお知らせ

■防災行政無線による試験放送を行います。

## 8月28日(月)10時30分から



女性は約10kgが目安

男性は約15kgが目安



●以下は広告スペースです。広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。