

地震や台風、  
集中豪雨など、  
災害の多い日本

# いざ、被災したときにあわてないよう、 日ごろからの**備え**を見直しましょう。

## 地震発生!

自分の命を最優先で守る  
激しい揺れは  
数十秒～約1分程度

- まずは落ちついて
- 身体をかくす



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。

1分

### 揺れがおさまったら

- 家族の安否(安全)確認
- 火元などの確認



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。

3分

### 隣近所の安全確認 (余震に注意して)

- 隣近所で声の掛け合い



●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。

5分

### ラジオ等で情報収集

- デマにまどわされない



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。

10分～

### 地域ぐるみで助け合い



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。

## 身近なものが、防災グッズとして役に立ちます!

いろいろ使える万能選手!  
食品包装用ラップ

### ① スポンジ

丸めて食器洗い用のスポンジ代わりに。



### ② 包帯

清潔なタオルの上から巻けば、包帯に。



### ③ 節水

食器をカバーすれば、洗う必要なし。



### ④ 防寒

新聞紙と一緒に体に巻けば防寒着に。



トイレットが排水できなくなった時 /  
ごみ袋と新聞紙でつくれる  
非常用トイレ

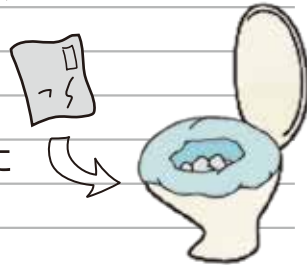
#### STEP①

ごみ袋(45L程度)を  
2重にして  
便座にかぶせます。



#### STEP②

細かく砕いた  
新聞紙をごみ袋の中に  
敷きつめます。



#### STEP③

用を足した後、  
消臭スプレーなどを  
上からかけます。



#### STEP④

内側のごみ袋を取り出し、  
空気を抜いて  
口を強くしばります。



※普通ごみで出してください。

## 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

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

※は救急袋の中に入れておく。

### 災害時地域協力貢献事業所・店舗等一覧

株式会社 関目自動車教習所  
エバーコート株式会社  
公益財団法人 大阪タクシーセンター  
Car Techno Japan 株式会社  
亀田コンストラクト 株式会社  
株式会社 協同ニス工業所  
協和道路 株式会社  
近畿容器 株式会社 大阪工場  
小出金属工業 株式会社  
株式会社 コーセツ放出  
特別養護老人ホーム リベルタヴィータ  
医療法人津樹会 城東病院  
大正建機 株式会社 大阪支店

第二栄温泉  
友栄食品興業 株式会社  
茨田米穀店  
株式会社 陽光  
イクソブ株式会社 大阪事業部  
株式会社 カーライフ・ヤマト  
ダイトーケミックス 株式会社 技術開発センター  
大洋化学工業 株式会社  
鶴見スポーツクラブ  
鶴見パールハイツ  
宗教法人 念法真教総本山 小倉山 金剛寺  
特別養護老人ホーム ファミリー  
南米穀店  
有限会社 アサヒモーターズ

大同印刷 株式会社  
放出運輸倉庫 株式会社  
株式会社 タイヤーサービスセンター 守口店  
宮本米穀店  
内橋エステック 株式会社  
株式会社 國広自動車工業所  
新朝日温泉 有限会社 立花産業  
鶴見はなぼ～とブロッサム  
※(株)大阪鶴見フラワーセンター  
株式会社 ストラータテック  
三和病院  
堀川化成 株式会社  
株式会社 コノミヤ 放出店  
鶴見老人保健施設 ラガール

鶴見緑地公園内 バーベキュー場売店  
(社)和悦会 浜特別養護老人ホーム  
株式会社 島忠 ホームズ鶴見店  
創価学会大阪鶴見平和会館  
創価学会大阪鶴見文化会館  
牛乳石鯨共進社 株式会社 安田工場  
介護タクシー 元気  
株式会社 ティーケイ  
大阪シティ信用金庫 つるみ支店  
丸石製薬株式会社

ほか4社:合計54社  
(順不同/平成30年7月1日現在)