

平成30年

3月11日は

家庭防災の日



3月11日(日)もしくはその周辺日等を実施してください。

テーマ

今やろう、災害から身を守る「減災」対策!

「減災」とは、災害による被害をできるだけ小さくする取り組みのことです。

自分の身は自分で守るという「自助」、自らの地域はみんなで守るという「共助」が、とても重要です。

大切な人を守るためには、まずは自分の命を守ることが大切です。

また、発災後も自宅で生活ができるよう、家庭で「減災」について話し合みましょう。

家族で
「いわたホッとライン」を
登録しましょう!

防災ファイル防災情報編

空メールを送信

entry@hotline.city.iwata.shizuoka.jp

メールを送信してください。(件名・本文なしで結構です)

QRコードが読み取り可能な携帯電話をお使いの方は右のQRコードをご利用ください。



登録方法に関するお問い合わせはこちら

コールセンター 営業時間 / 9:00~18:00(平日のみ)

フリーダイヤル **0120-670-970**

身の守り方を考えよう!

防災ファイル地震 No.4

地震発生

まずは身の安全を確保する

大きな揺れがあったときは、まず身の安全を最優先に行動します。丈夫なテーブルや机の下、物が「落ちてこない」、「倒れてこない」、「動いてこない」ところに身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見ます。

- 地震が起きても「あわてず、落ち着いて」行動できますか。
- 身の守り方を覚えておきましょう。
- それぞれの場所に応じた注意点を覚えておきましょう。



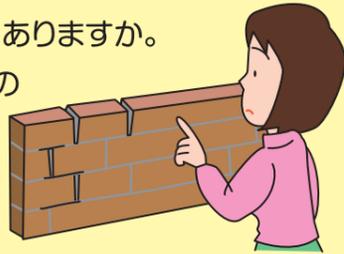
わが家の危険診断をしよう!

防災ファイル地震No.5~No.8

家の周りの安全対策のポイント

家の周囲には、災害が発生すると危険なところが多くあります。日ごろから気をつけ、危険箇所の点検を心がけましょう。

- 自宅の耐震対策をしてありますか。
- ブロック塀や物置などの転倒・倒壊対策をしてありますか。



家の中の安全対策のポイント

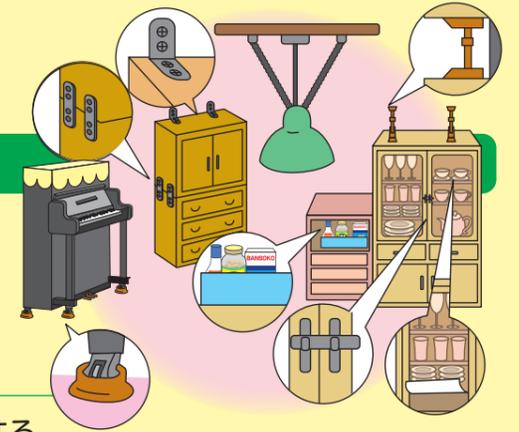
大地震によるはげしい揺れは、部屋の中の家具を凶器に変えるおそれがあります。家庭でできる家具の転倒防止・落下防止対策や配置の工夫などで被害を減らしましょう。

家具の転倒や落下を防ぐ

- L字金具などで固定する。
- 食器棚などの扉に、開放防止器具を取り付ける。
- 家具の下部前方に、くさび状のストッパーを挟み込む。
- 照明器具などは、チェーンなどで3箇所以上留めて補強する。

配置や収納を工夫する

- 家具のない安全なスペースを確保する。
- 寝室には大きな家具を置かない。
- 出入口や通路に物を置かない。
- 重い物は下に、軽い物は上に収納する。



わが家の防災備蓄品をチェックしよう!

家族で話し合って
☑ チェックしてね!



防災用品チェックリスト

防災ファイル地震No.6~No.7

緊急持出袋に入れておくもの 被災直後から必要な物品

品名	備蓄量の目安	チェック
飲料水	1人1日3ℓ。7日分は用意しておきましょう。一部は持出袋に入れておきましょう。	
食物	食料は7日分用意すると良いです。一部は持出袋に入れておきましょう。	
嗜好品 (お菓子など)	適量	
ラップ類	食品用ラップフィルム 2本程度	
食器類 缶切り ナイフ	各1セット	
ラジオ 懐中電灯	ラジオ・懐中電灯ともに1台以上	
乾電池	機器にセットされたもの+各機器予備分	
救急用品 常備薬	消毒液・包帯・絆創膏、ガーゼ、お薬手帳のコピーなど	
ヘルメット 帽子・靴	各1つ(1足)	

品名	備蓄量の目安	チェック
防寒用具 雨具	使い捨てカイロ(1人最低4枚) 毛布・エマージェンシーブランケット 雨合羽など1人最低1枚	
タオル	なるべくたくさん	
トイレ トイレットペーパー ウェットティッシュ	持出袋に一つずつ	
ロウソク ライター (マッチ)	ロウソク3本程度 ライター(マッチ)一つ	
電話番号 メモ	電話番号帳(記入済み)1冊	
保険証 運転免許証 のコピー	各1通	
筆記具 メモ帳	1セット	
現金 預金口座番号 のコピー	現金3万円程度 (例:一万円札2枚、千円札10枚、 百円玉20枚、十円玉20枚) 口座番号のコピー1枚	

備蓄品 長期間の生活に必要な物品

品名	備蓄量の目安	チェック
カセット コンロ ガスボンベ	1台 ボンベは1本60分(目安)	
アルミ箔	3本程度	
携帯電話 充電器	1基	
生理用品	多めに	
日用品	各1セット	
衣料 下着	多めに	
補水用具	簡易ウォーターバッグ 空のペットボトルや ポリタンク	
簡易トイレ	1戸に1個 ビニール袋は多めに	
ヤカン ストーブ	ヤカン 1戸に1個 ストーブ 1台	

その他「わが家の備蓄品」を話し合ってみよう!

備蓄品名	数量	備蓄の理由やポイント	チェック
例) ポリタンク(20ℓ)と水	2個	1日1人3ℓ 家族4人、7日分で84ℓ!	

日頃から外出時などに持ち歩く減災グッズ

品名	数量	品名	数量
例) ホイッスル	1個	小型の懐中電灯	1個
常備薬	数日分	わが家の防災メモ	1枚

磐田市防災ファイルに綴りましょう。