

☑️ 震災対策～今すぐできることから始めよう！～


1月17日、阪神・淡路大震災の発生から27年を迎えます。

地震国日本では、東日本大震災など、いつどこで次の大地震が発生してもおかしくない状況です。甚大な被害が発生した場合には、すぐに助けが来ないことを想定しなければなりません。

当マンションでもある程度は、防災用品の備蓄は行っていますが、この機会に各家庭における震災に対する備えについてチェックをしてみましょう！

☑️ 各家庭での備えをチェックしよう!

各家庭で備えること

通勤・通学途中に被災した場合を想定して備えている
家族で安否確認のルールを決めている
(在宅の場合)地震発生直後にどう行動するか家族全員が知っている
隣近所と交流ができています
家具・家電の転倒防止、移動防止対策をしている
就寝場所、避難経路に危険がないよう家具等を配置している
電気ブレーカー、ガス・水道の元栓の止め方、復旧の仕方を知っている
最低3日(できれば7日)分の飲料水、食料等を備えている  下のリストは一例です

飲料・食料等

飲料水(一人1日3リットル)
非常食(調理なしで食べられるもの)
紙皿、紙コップ、割り箸
カセットコンロ・ボンベ
非常用給水袋、飲料水用タンク

備品

携帯ラジオ
電池、非常用充電器(携帯電話等)
懐中電灯、ヘッドライト、ランタン
ホイッスル(助けを求める)
軍手、マスク

救急・衛生

簡易トイレ、携帯トイレ
トイレ用ペーパー、生理用品
常備薬、救急セット
ウエットティッシュ、ペーパータオル
歯磨きシート

日用品

新聞紙、段ボール
ビニールシート
ポリ袋(各サイズ/丈夫なものを多めに)
布ガムテープ
食品用ラップフィルム、アルミ箔

援助が必要となる人がいる家庭で特に備えること

乳幼児がいる場合 粉ミルク、紙おむつ、離乳食、おんぶ紐等を備えている
病气療養の人がいる場合 常用薬の7日分をストックしている
透析・人工呼吸器等が不可欠な人がいる場合 病院と非常時の対応について確認している
避難に介助が必要な人がいる場合 管理組合等に届け出て、隣近所の手助けをお願いしている

