

各家庭での予防対策



非常用持出品

すぐに取り出せる場所に保管することが大切です。

大地震の後は、電気、ガス、水道などのライフラインが停止することが考えられるので、日頃から備蓄品を用意しておきましょう。実施している対策は□に✓を入れて確認してください。また数カ月に一度は再チェックするように日付も記入しましょう。

項目	対策内容	日付 ①	日付 ②	日付 ③
飲料水 生活用水	□3日分の飲料水(3ℓ×1人×1日) □水筒(1人×1個) □生活用水(風呂水の溜め置き等)	/	/	/
食料品	3日分の食料 ※賞味期限に注意しましょう □主食(米、レトルト、フリーズドライ品、乾パン等) □副食(缶詰、瓶詰等)	/	/	/
防災用品	□懐中電灯(大型) □懐中電灯(小型1人×1個) □携帯ラジオ □手動携帯充電器 □電池 □ヘルメット □マッチ・ライター・ろうそく □卓上カセットコンロ、ポンベ、固形燃料 ※使用期限に注意しましょう	/	/	/
日用品	□衣類 □雨具 □タオル □簡易トイレ □生理用品 □ティッシュペーパー □トイレットペーパー □マスク □ラップ、アルミホイル □ゴミ袋、ビニール袋 □軍手 □鍋、簡易食器、わり箸、缶切り、栓抜き等 □毛布 □寝袋 □防水布 □ランプ □新聞紙 □ガムテープ	/	/	/
緊急 医療品	□常用薬 □救急薬品 □包帯、三角巾、さらし □使い捨てカイロ	/	/	/
貴重品	□現金、通帳、印鑑、健康保険証、カード類	/	/	/

連絡方法

自分から情報発信することが大切です。

- 災害用伝言ダイヤル「171」 NTTは、被災地への安否確認電話が集中する場合に、「災害用伝言ダイヤル」サービスを開始します。

伝言を録音

171

1

自宅電話番号
(市外局番から)

伝言を吹き込む

伝言を再生

171

2

自宅電話番号
(市外局番から)

伝言を聞く

- 携帯電話「災害用伝言板」

メッセージを登録する

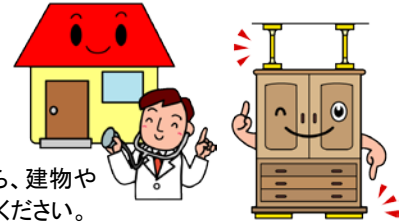


メッセージを確認する

- ①各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開く。
- ②災害用伝言板画面の「登録」を開いて伝言を入力。

- ①各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開く。
- ②災害用伝言板画面の「確認」を開き、相手の携帯電話番号を入力して伝言を確認する。

住まいの備えのチェックリスト



阪神淡路大震災の死傷者の多くは、建物倒壊や家具の転倒によるものでした。日頃から、建物や室内の安全対策を心がけましょう。実施している対策は、□にチェックを入れて確認してください。

項目	対策内容	日付	備考
建物の耐震化	<input type="checkbox"/> 建物の耐震診断の実施 <input type="checkbox"/> 建物耐震改修の実施	/	
家具類の対策	<input type="checkbox"/> 金具設置など家具の転倒防止対策をしている <input type="checkbox"/> 家具が倒れた場合、下敷きになってしまう危険がある場所で就寝しないようにしている <input type="checkbox"/> 部屋の出入り口をふさがない家具の配置をしている	/	地震時には、ガラス、食器などの破片に気を付け、スリッパや靴を履きましょう。掃除機が使えないとき、ほうきやちりとりが役立ちます。
ガラス対策	<input type="checkbox"/> 食器棚等のガラス戸には飛散防止フィルムを貼っている <input type="checkbox"/> 窓ガラスにカーテンで飛散防止をしている <input type="checkbox"/> ほうき、ちりとり、ガムテープを準備している	/	
消火対策	<input type="checkbox"/> 消火器の設置及び使い方の訓練をしている <input type="checkbox"/> 風呂水の溜め置きをするよう心掛けている	/	日頃から消火と避難の訓練をしましょう
避難	<input type="checkbox"/> 家庭内で避難場所の確認をしている <input type="checkbox"/> 避難用はしごやロープを設置している	/	
安全な部屋の確保	<input type="checkbox"/> 被災生活に使う部屋を考えている	/	地震でも物の散乱が少ない部屋が被災生活に適しています。

わが家の防災メモ

家族で防災会議をして、
下記に記入しておきましょう



わが家の避難場所	
家族の集合場所	※避難場所で会えなかった場合 ① ② ③
避難時の緊急連絡先	※遠隔地の親戚・友人等

平成 24 年 5 月
 国分寺市総務部くらしの安全課
 042-325-0111(内線 373)