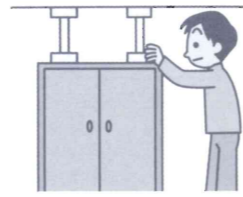


国立団地協議会地区防災計画

2017・12

平常時の心得

- ① テレビや家具などを器具で固定する。
- ② 高い所に物は置かない。
- ③ 重い物は下へ、軽い物は上に収納する。
- ④ 食品・飲料水・生活用品などを少し多めに備える。
- ⑤ 非常用品を備えて身近に置く。
- ⑥ 家具などが倒れる方向を避けて寝る。
- ⑦ 部屋にスリッパなどの履き物を置く。
- ⑧ 『たすけあいカード』を使う防災訓練に参加して、いざという時に備える。
- ⑨ 日頃から近所とあいさつを交わし、お互いの顔を知る。



備えておきたい物

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| 1 飲料水 1人あたり 1日 3ℓ を 7日分 | 8 ナイフ・缶切り・裁縫セット |
| 2 非常食(缶詰・レトルト食品など)を 7日分 | 9 ブルーシート |
| 3 懐中電灯 | 10 雨合羽・長靴 |
| 4 携帯ラジオ・携帯電話 | 11 作業用革手袋 |
| 5 予備の電池・充電器 | 12 簡単な工具類 |
| 6 ライター・マッチ・ろうそく | 13 ポリタンクなどのポリ容器 |
| 7 カセットコンロ・ガスボンベ | 14 ラップ類 |
| | 15 避難持ち出し袋 |



赤ちゃん 女性 持病のある方 ご高齢の方

- アレルギー対応のスティックタイプ粉ミルク 約20本 や 離乳食1週間分
- おむつ 約70枚 ○お尻ふき 1パック ○哺乳瓶と哺乳瓶用洗剤
- 生理用品 約60枚 ○常備薬(処方薬) 1ヵ月分
- 酸素ボンベなど生命を維持するために必要な用品や機器
- おかゆなどのやわらかい高齢者用食品 1週間分 ○入れ歯洗浄剤
- 補聴器用電池 6個

日頃使っているものを意識して備えましょう

震度5弱以上の大きな地震が起こったら

避難手順

- 1 身の安全を最優先に
- 2 揺れが収まったら火元を確認
- 3 落ち着いて戸を開けて出口を確保
- 4 あわてて外に飛び出さない
- 5 正しい情報と確かな行動
- 6 避難の前にブレーカーを切り、ガスの元栓を締める
- 7 『安全確認カード』を外から見えるドアノブなどに吊るす
- 8 水源地(地区本部)へ避難



水源地に避難したら『たすけあいカード』で行動します。

**自分のできることを すすんでみましょう。
皆さんで支え合い・助け合いをしましょう。**

- 1 防災倉庫から『たすけあいカード』用ボードを出します。
- 2 オレンジ色は住民の安否・安全確認です。すぐ行動します。
- 3 うすい水色は地区本部を作る作業や情報収集の作業です。
- 4 青色は救援物資の受け入れなど皆さんの在宅避難を支えます。

**第三中学校は約1,000人しか収容できません。
自宅敷地内での在宅避難を考えましょう。**

