

災害時の備え

「これだけは準備しておこう」

全国各地で災害が頻発していますが、皆さん災害時の備えは大丈夫でしょうか。

今回は、災害に備えて、ご家庭で取り組むべき主な対策を紹介します。

◆耐震診断を受ける

自宅が地震に耐えられる強度があるか、まずは耐震診断を行うことから始めましょう。昭和56年以前に建てられた木造住宅にお住まいの方は、耐震診断を受けることをお勧めします。

※町では、耐震診断や家具の転倒防止に対する補助事業もあります。詳細は、南海地震対策係(☎4312188)までご連絡ください。

◆家具の置き方などを工夫する

・家具が転倒しないよう、家具は壁に固定しましょう。
・寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かないようにしましょう。

・手の届くところに、懐中電灯や

運動靴、ホイッスルなどを備えておきましょう。

◆食料や飲料の備蓄をしましょう

電気、ガス、水道などが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存のきく食料などを備蓄しておきましょう。特別なものではなく、普段の生活で利用されている食品などを備えましょう。

・内容例(人数分を用意)

□飲料水(3日分) ※3ℓ/日

□非常食(3日分)

ご飯、ビスケット、乾パンなど

□トイレトペーパー、ティッシュ

□ろうそく □カセットコンロ

※大規模災害時には、1週間分の備蓄が望ましいとされています。

※飲料水以外に、トイレを流したりする際に必要な生活用水も備えておきましょう。

◆非常用持ち出しバックを用意する

自宅が被災した時は、安全な場所に避難し避難生活を送ることにあります。非常時に持ち出すものをあらかじめリュックサックに用意しておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしましょう。

・内容例(人数分を用意)

□飲料水 □食料品

□常備薬(処方箋やお薬手帳)

□ヘルメット・防災ずきん

□軍手 □懐中電灯

□衣類 □下着

□毛布・タオル □携帯ラジオ

□使い捨てカイロ □紙おむつ

※乳児のいる家庭

□ミルク □紙おむつ

□ほ乳びん □紙おむつ

◆避難場所や避難経路を確認する

災害が発生した時に慌てずに避難するために、自分が住んでいる地域の避難場所や避難経路を事前に確認しておくことが重要です。

町では、総合防災訓練を毎年9月に実施しています。訓練に参加し、自宅から避難場所までの距離や時間などを確認しておきましょう。

◆家族内で安否確認方法を共有する

別々の場所にいる時に災害が発生した場合でもお互いの安否確認ができるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを事前に話し合っておきましょう。

大規模災害時には、「災害用伝言ダイヤル」、「災害用伝言板」などのサービスが開設されます。

・災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話を

かけると伝言を録音でき、自分の

携帯番号を知っている家族などが伝言を再生できます。一般の加入電話や公衆電話からも利用できます。

・災害用伝言板

携帯電話やPHSからインターネットサービスを利用して文字情報を登録すると、自分の電話番号を知っている家族などが情報を閲覧できます。

被害を最小限にするためには、1人ひとりが自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、行政が取り組む「公助」のバランスが重要です。最も基本となる「自助」に取り組むためには、まず、災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外で災害に遭遇した時の身の守り方を知っておくことが必要です。有時に備え、できることから取り組みましょう。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎4312836

佐賀支所地域住民課保健センター

☎5517373