

～防災について～

2019.09.25発行

「あの時、備えておけば・・・」「まさか、今、災害が起こるなんて・・・」
そんな後悔をしないように、今できることを確実にしておくことが命を守る第一歩です。

防災対策とは

自分にとって大切な何かを守る行動です。
あなたにとって誰が、何が大切かを自らの心に問いかけることで、防災への意識が芽生えるはずですよ。

災害に対しての日頃の心構え

① 災害に備え準備しておく

- ・ ハザードマップなどで常日頃から身の回りの危険地域を知り、防災情報の収集をする
- ・ 敷地内は落下・転倒防止対策、窓ガラス等飛散防止フィルムを貼る等安全対策をする
- ・ 避難場所・避難経路・避難方法などを家族で確認しておく
- ・ 電話・携帯電話が使えないことを想定し、家族や知人と連絡手段を決めておく
- ・ 持ち出し袋を準備しておく



水、非常食・・・最低でも3日分	現金・・・状況が落ち着いたあと必要	懐中電灯・・・人数分あると良い
防寒着・・・冬は特に重要	筆記用具・・・連絡手段になる	携帯ラジオ・・・災害情報を入手する
厚手の手袋・・・手を守るため	簡易トイレ・・・水洗トイレが使えなくなることもあるため・・・など	

※一般的には災害発生後72時間以内で救助の手が届くとされています。3日間を生き延びるための荷物を準備しておくことがポイントです。

※非常食の準備だけではなく冷蔵庫の中を含めて、家族の備蓄食料が一週間分あるかを常に意識しましょう

※非常食の保存は《ローリングストック法》が良いでしょう

《 ローリングストック法とは 》



日常的に非常食を食べて、食べたらいすく買い足す行為を繰り返すことです。
その結果、賞味期限が短い食材・食品も非常食にでき、種類も豊富になります。



プロアクティブの原則

危機管理をするにあたり、失敗を恐れず積極的に行動すべきという考え方のことです

- 1、 疑わしいときは行動せよ
- 2、 最悪事態を想定して行動せよ
- 3、 空振りには許されるが見逃しは許されない

② 災害が起こりそうな時に注意すること

- ・ テレビ、ラジオ、インターネット等を利用し情報収集をする
- ・ いつでも避難できるように準備をする
- ・ 屋根の点検・補修など家の補強をする

③ 災害が起きた時にすること

- ・ 災害情報を聞いたら迅速に避難場所に行く
- ・ 二次災害の恐れがあるため周囲の状況に十分注意する
- ・ 忘れ物があったとしても安全が確認されるまでは家に戻らない
- ・ 靴は動きやすいものを選ぶ

災害はいつ起こるかわかりません。万が一災害が発生しても落ち着いた行動が取れるように災害時の心構えを日頃から持っておきましょう！

