



災害の備えは充分ですか？

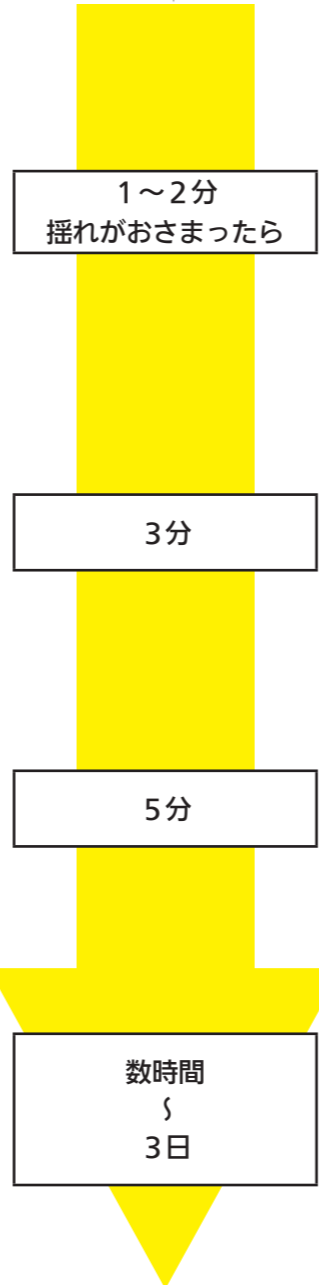
自助の備え（非常持ち出し品）																																	
<p>食料編</p> <p>1人あたり3日分の飲み物や食料を準備しましょう。普段食べているもので、賞味期限が長いものをおすすめです。</p> <p>乳幼児や高齢者がご家族にいる方はその方にあった食料を準備しましょう。</p> <p>ローリングストック法で備えましょう！</p> <p>普段の食材を多めにストックして、古いものから順に使っていき、消費したら補充するという方法です。</p>	<p>いざ避難という時になって、あわてて荷物をまとめようとしても、なかなか適切な判断はしにくいものです。日頃から非常時に備え、持ち出し品を用意しておきましょう。</p> <p>●非常持ち出し品の例</p> <table border="1"> <tr> <td>飲料水・水筒</td> <td>1人1日3リットルが目安。2～3日は自力で生活することを考えましょう。</td> </tr> <tr> <td>食料品</td> <td>缶詰・ビスケット・チョコレート・インスタントラーメン（赤ちゃんのいる家庭は、粉ミルク・ほ乳びんなども）。</td> </tr> <tr> <td>医薬品</td> <td>消毒薬、傷薬、胃腸薬、脱脂綿、ばんそうこう、包帯など。</td> </tr> <tr> <td>貴重品</td> <td>現金、預金通帳、印鑑など。電話用に10円玉も用意しましょう。</td> </tr> <tr> <td>ヘルメット等</td> <td>落下物から頭を保護するものをすぐに取り出せる所に。</td> </tr> <tr> <td>手袋</td> <td>ガレキの撤去や救助に、軍手など厚手のものを用意しましょう。</td> </tr> <tr> <td>マッチ・ライター</td> <td>湿気やガス切れに注意。防水マッチなども市販されています。</td> </tr> <tr> <td>ロウソク</td> <td>濡れないようにビニール袋に入れて保管しましょう。</td> </tr> <tr> <td>懐中電灯</td> <td>夜間、すぐ手が届くところにも置いておきましょう。</td> </tr> <tr> <td>ラジオ</td> <td>情報収集にかかせない。懐中電灯と一体型など便利なものもあります。</td> </tr> <tr> <td>乾電池予備</td> <td>ラジオや懐中電灯に使用します。多めに準備しましょう。</td> </tr> <tr> <td>衣類</td> <td>セーター・ジャンパー・下着など。雨具やタオルも用意しましょう。</td> </tr> <tr> <td>毛布</td> <td>寝袋や体温を逃さないサバイバルシートなども重宝します。</td> </tr> <tr> <td>ナイフ・缶切り</td> <td>十徳ナイフなどの多機能ナイフが便利です。</td> </tr> <tr> <td>携帯バッテリー</td> <td>スマートフォン充電用のものです。</td> </tr> <tr> <td>常服薬</td> <td>いつも飲んでいる薬を忘れないようにしましょう。</td> </tr> </table>	飲料水・水筒	1人1日3リットルが目安。2～3日は自力で生活することを考えましょう。	食料品	缶詰・ビスケット・チョコレート・インスタントラーメン（赤ちゃんのいる家庭は、粉ミルク・ほ乳びんなども）。	医薬品	消毒薬、傷薬、胃腸薬、脱脂綿、ばんそうこう、包帯など。	貴重品	現金、預金通帳、印鑑など。電話用に10円玉も用意しましょう。	ヘルメット等	落下物から頭を保護するものをすぐに取り出せる所に。	手袋	ガレキの撤去や救助に、軍手など厚手のものを用意しましょう。	マッチ・ライター	湿気やガス切れに注意。防水マッチなども市販されています。	ロウソク	濡れないようにビニール袋に入れて保管しましょう。	懐中電灯	夜間、すぐ手が届くところにも置いておきましょう。	ラジオ	情報収集にかかせない。懐中電灯と一体型など便利なものもあります。	乾電池予備	ラジオや懐中電灯に使用します。多めに準備しましょう。	衣類	セーター・ジャンパー・下着など。雨具やタオルも用意しましょう。	毛布	寝袋や体温を逃さないサバイバルシートなども重宝します。	ナイフ・缶切り	十徳ナイフなどの多機能ナイフが便利です。	携帯バッテリー	スマートフォン充電用のものです。	常服薬	いつも飲んでいる薬を忘れないようにしましょう。
飲料水・水筒	1人1日3リットルが目安。2～3日は自力で生活することを考えましょう。																																
食料品	缶詰・ビスケット・チョコレート・インスタントラーメン（赤ちゃんのいる家庭は、粉ミルク・ほ乳びんなども）。																																
医薬品	消毒薬、傷薬、胃腸薬、脱脂綿、ばんそうこう、包帯など。																																
貴重品	現金、預金通帳、印鑑など。電話用に10円玉も用意しましょう。																																
ヘルメット等	落下物から頭を保護するものをすぐに取り出せる所に。																																
手袋	ガレキの撤去や救助に、軍手など厚手のものを用意しましょう。																																
マッチ・ライター	湿気やガス切れに注意。防水マッチなども市販されています。																																
ロウソク	濡れないようにビニール袋に入れて保管しましょう。																																
懐中電灯	夜間、すぐ手が届くところにも置いておきましょう。																																
ラジオ	情報収集にかかせない。懐中電灯と一体型など便利なものもあります。																																
乾電池予備	ラジオや懐中電灯に使用します。多めに準備しましょう。																																
衣類	セーター・ジャンパー・下着など。雨具やタオルも用意しましょう。																																
毛布	寝袋や体温を逃さないサバイバルシートなども重宝します。																																
ナイフ・缶切り	十徳ナイフなどの多機能ナイフが便利です。																																
携帯バッテリー	スマートフォン充電用のものです。																																
常服薬	いつも飲んでいる薬を忘れないようにしましょう。																																
<p>生活用品編</p> <p>自分自身の日頃の生活を見直してみましょう。また、避難所生活をイメージして必要な物を準備しましょう。</p>  <ul style="list-style-type: none"> 私は血圧の薬を毎日飲んでいるから必ず持って行こう 僕は携帯で災害情報を見るからモバイルバッテリーは欠かせないね 子どもにはオムツがないと生活できないわね 																																	
<p>五霞町防災行政無線の内容を電話で確認できます。</p> <p>防災行政無線の内容は、以下の電話番号に発信すると確認できます。</p> <p>なお、通話料はご自身の負担となりますのでご了承ください（防災無線の保存期間は、放送した時間から24時間となります）。</p> <p>☎0280 (84) 5010 ☎0280 (84) 5011</p>	<p>茨城西南広域消防本部による災害情報テレホンサービス</p> <p>西南広域消防本部管内で発生した火災の地区名・種別を録音テープでお知らせします。</p> <p>☎0280 (47) 1119</p> <p>お掛け間違いのないようご注意ください。</p> <p>茨城西南広域消防本部による火災発生メール</p> <p>西南広域消防本部管内で発生した火災情報をEメールでお知らせします。二次元コード読み込み、空メールを送信してください。</p> 																																

○お問い合わせ 生活安全課 防災G ☎(84)3618 (直通)

地震だ!! その時あなたは…


～大地震発生後の行動を確認しましょう～

近年、首都直下型地震や、南海トラフ地震など大地震の発生について注目されているところです。非常時の備えや震災直後の行動を見直しましょう。




その時！


- 自分の身を守りましょう。最初の揺れは約1分！落下物から身を守りましょう。




- 火元を確認しましょう。消火のタイミングは3度！
 - ①小さな揺れを感じたとき
 - ②大きな揺れがおさまったとき
 - ③出火したとき
- 家族の安否を確認しましょう。声を掛け合いお互いの状況を確認しましょう。



- 漏電、ガス漏れに注意しましょう。ブレーカー、ガスの元栓を切りましょう。
- 風呂の水をため置きしましょう。
- 災害情報や避難情報を入手しましょう。



五霞町
メールマガジン



茨城県防災
ポータルサイト

- 余震に注意し、避難口から外へ出ましょう。割れたガラスの破片や落下物に気をつけましょう。
- 隣近所に声をかけましょう。隣近所で助け合い、けが人等がいる場合は救護等を施しましょう。

- 災害情報や被害情報を収集しましょう。
- 3日間は、備蓄しておいた食料と水でまかないましょう。
- 避難指示が出た場合は、非常持ち出し品を持って避難しましょう。

