

防災

減災

かなめ
要となる

「自助」「共助」を忘れずに!

災害が発生した場合、被害を最小限にとどめるには、自分のことは自分で守る「自助」が基本になります。いざというときに困らないよう、日頃から準備や対策を行いましょう。

日頃からの準備や対策

家の中の安全確保

- 家具の置き方を工夫する。
- 家具を正しく固定する。
- 大きな窓ガラスには、透明の飛散防止フィルムを貼る。
- 枕元にスリッパか靴を置いておく。



非常持ち出し品の準備

- 食料、水、服用中の薬(お薬手帳)、懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話(充電器も)、身分証明書、貴重品 など
- 高齢者は、老眼鏡、入れ歯杖、大人用オムツ



避難場所や避難経路の確認

- 避難場所やそこまでの経路、移動手段について話し合っておく。
- 高齢者は、「警戒レベル3」で避難する。
- いざという時のために、体力をつけておく。



危険個所を確認

- 家の内外に危険なところがないか確認する。危ないところがあれば、修理や補強をする。
- ハザードマップでどのような危険があるかを確認する。



タマ子さん

「災害用伝言ダイヤル171」の巻



「共助」

大規模な災害が発生すると、公的機関の機能には限界があります。そんな時、頼りになるのは地域住民の助け合いである「共助」です。

日頃から近所の人に挨拶をし、顔なじみになっておきましょう。



避難に助けがいる人は、具体的な方法を周囲の人と確認しておきましょう。*1



地域活動や防災訓練に参加しましょう。



地域のサロンへの参加も おすすめ!

*1 玉野市は、災害発生時に自ら避難することが困難な人(避難行動要支援者)の基礎情報として名簿を作成しています。作成した名簿は、消防や警察などに事前提供され災害時の避難支援や安否確認などに活用されます。

◇百歳体操やサロンについての問い合わせは、社協総合福祉課、又は地域包括支援センターまで連絡ください。

災害用伝言ダイヤルとは?

- 大規模な災害時に、NTTが提供するサービスです。
- 「171」とダイヤルし、音声案内に従うと、伝言を録音したり、録音されている伝言を聞くことができたりします。
- 毎月1日と15日、防災週間などには体験利用できます。

防災クイズ

防災の日は、何月何日でしょう?

- ① 5月1日
- ② 9月1日
- ③ 11月1日

答えは、このページのどこかにあるよ。