

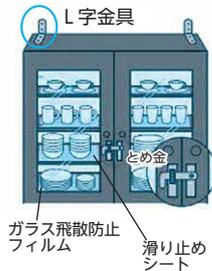
地震災害への備えを

—日頃の備えと発災時の対応—

本市には日奈久断層帯があり、地震を引き起こすひずみが蓄積している可能性があるという指摘されています。自身や家族の命を守るため、日頃から地震への備えを確認しましょう。

日頃の備えで危険を減らす

- 金具などで家具を固定し、ガラスに飛散防止フィルムを貼る
- 家の中に閉じ込められないように、家具の向きや配置を工夫する
- 離ればなれになった場合の安否の確認方法を家族で決めておく
- 避難場所や避難経路を確認しておく
- 水や食料など**非常備蓄品**を備えておく



地震が起きたら

【屋内にいるとき】

- 揺れを感じたら、丈夫な机などの下に身を隠し、揺れが収まったら慌てずに火の始末をする
- 割れたガラスなどでけがをしないように、スリッパや靴を履いて安全な場所に避難する



【屋外にいるとき】

- かばんなどで頭を保護し、公園や空き地など落下物の危険がない場所へ避難する

【車を運転しているとき】

- 徐々にスピードを下げ、ゆっくりと道路の左側に車を止める



【電車やバスに乗っているとき】

- 座席に座っている場合、頭を保護して姿勢を低くする。立っているときは、転倒しないようにつり革や手すりにつかまる

非常備蓄品とは

災害の復旧や公的な援助が行き届くまでの数日間を自力で生活するための用意です。以下の品目を最低3日分、可能であれば7日以上備えておきましょう。



○食料品

缶詰やレトルト食品などの非常食

※高齢者や子ども、アレルギー体質の人などその事情に合った食料を多めに準備する。



○燃料

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベなど



○水

飲料水は大人1人当たり1日3リットル

※水の配給を受けるポリ容器などがあると便利です。



○工具

ロープ、バール、はさみ、のこぎり、ジャッキ、スコップなど



○その他

簡易トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、マスク、シート、照明器具など



広告

新発売『エレガントマジック』

介護施設で生活される方におすすめのシューズ
歩行中に転倒しないための工夫が詰まった安心の履き心地です



ドレープが美しく優美な艶感
外出時やフォーマルにも
(色 ブラック・パープル)

足入れしやすい工夫
べロ無しとスリット



今までになかった上品な
デザインに機能性をプラス。

介護福祉用具販売・レンタル 住宅改修

ケアパーク株式会社

☎ 0965-35-3300

八代市上日置町4298-5

営業時間 平日 9:00~17:00

土曜 9:00~12:00

休 日・祝

<http://www.care-park.com>

