

～災害時の備え～



災害時あわてないように、日ごろからの備えが大切になります。

もしもの時のために、災害対策は行っていますか？

事前の確認や連絡方法など家族等と話し合っておくと安心です。

非常持ち出し用品は最低3日分を目安に準備しましょう。

家の中の災害対策

家具の固定や物の落下防止 ガラスなどの飛散防止（フィルムを張る等）

災害用備え

* すぐ持ち出せるよう1か所にまとめておきましょう。

飲料水 食料 携帯ラジオ 懐中電灯・予備電池 衣類

保険証及び受給者証写し等 軍手・タオル・マスク・スニーカー

ビニール袋・ティッシュペーパー 現金

内服薬等 内服薬(治療薬)等の一覧表やお薬手帳

* 処方されている薬を書き出しておくか、裏に一覧表を張っておきましょう。



その他、必要なものを書き出しておきましょう

(例) 杖・コルセット・老眼鏡・栄養剤・消毒薬・ガーゼ・絆創膏など

避難場所の確認

近所の方やお隣同士が助け合う「共助」の気持ちが大切です。

避難方法を家族や避難協力者と話し合っておきましょう。

* 最寄りの避難場所及び
避難経路は？

災害時の連絡方法・家族の安否確認・災害時情報

■ NTT 災害用伝言ダイヤル「171」

◆ 伝言の録音：ダイヤル「171」

⇒録音開始「1」を押す⇒市外局番から自宅（被災地の方）の電話番号

※例 171- 1- 0xx (xxx) xxxx

◆ 伝言の再生：ダイヤル「171」

⇒録音再生「2」を押す⇒市外局番から自宅（被災地の方）の電話番号

※例 171- 2- 0xx (xxx) xxxx

■ 携帯電話による災害用伝言板サービスもあります。

携帯各社によって利用方法が違いますので、事前に確認しておきましょう。

（ 毎月1日・15日、正月三が日、防災週間（8月30日～9月5日）、
防災とボランティア週間（1月15日～21日）は体験利用できます。 ）

緊急・防災ニュース、気象情報、交通・ライフライン情報など県内防災情報

■ 千葉県防災ポータルサイト

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/> （パソコン用）

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/mobile/index.jsp> （携帯用）

連絡先の確認

緊急時の連絡先（家族、避難協力者）を分かるようにしておきましょう。

続柄・関係	氏名	住所	電話番号
			()
			()
			()

☆☆ 家族だけでは避難が困難な方や在宅医療を受けている方は☆☆

連絡先や避難方法とその注意点、在宅医療で必要な備品など

関係者と具体的な相談をしておきましょう。

【千葉県健康福祉部疾病対策課】

【関係者連絡先】

区分	所属	氏名	連絡先（住所・電話番号等）
主治医 訪問診療医	医療機関名		
専門医療機関	医療機関名		
ケアマネージャー			
訪問看護 ステーション			
介護事業所			
保健所			
民生委員			
近隣の協力者			
市町村関係の 防災担当			
消防署・救急			119
警察			110
電力会社			
ガス会社			
水道局			

【内服薬一覧表貼る】

--

風水害から身を守るために

- 最新の気象情報を入手しましょう。
- 大雨の時には地下街・地下室の利用をやめましょう。
- 市町村が発する避難に関する情報を正しく理解しましょう。

	発令の状況
避難準備 高齢者等避難開始	人的被害が発生する可能性が高まった状況。 避難するのに時間がかかるご高齢の方などの要援護者とその支援者は避難を開始しましょう。
避難勧告	人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況。 速やかにすべての住民が避難を始めましょう。
避難指示 (緊急)	災害が発生するなど状況が悪化し、人的被害の危険性が非常に高まった状況。避難していない人は緊急に避難場所へ避難しましょう。また、外が危険な場合は、屋内の安全な場所に避難しましょう。