

回覧

桜地区防災ニュース「きらら」

平成30年11月号
発行責任者
桜地区自主防災協議会
桜地区連合自治会



◎ 災害時要支援者とは

高齢者・障がい者・妊婦・幼児が主な要支援者となります。この要支援者には下記のようなリスクが考えられます。要支援者の数が多ければ多いほど避難の対応は困難になります。

○ 高齢者・障がい者がいる場合

災害時に一番リスクが高いのが高齢者や障がい者の方です、すばやく避難ができません。家の中の避難通路は確保しておく必要があります。併せて家具の転倒防止対策は絶対に必要です。また、避難所生活も困難が予想されます。第二避難所の場所などの情報を集めておきましょう。

- 必要な防災用品：・転倒防止グッズ ・常備薬、市販薬 ・ホイッスル ・やわらかい非常食
・バスタオルなど感染症対策 ・ブランケットや寝袋などの寝具 ・カゴの予備、
・補聴器の電池 ・お薬手帳 等



○ 妊婦・乳幼児がいる場合

体力が落ちる避難所生活で感染症にかかると重病化することが懸念されます。特に避難所での感染症が怖く、体力が落ちているところに発症すると流産などに繋がる恐れがあります。粉ミルクや離乳食は多い目に備蓄しておきましょう。

- 必要な防災用品：・防寒シート、ブランケット ・ウェットティッシュなど衛生面対策 ・マットなどの厚手の敷物 ・ヘッドライト
・粉ミルク、離乳食は1週間分以上 ・お尻ふき、おむつ、哺乳瓶 ・簡易トイレ 等



○ 子供がいる場合

子供の行動や状況を把握しておくことが大切です。小学生ぐらいであれば、理解力もあり走れるので避難が遅れる事態は低くなりますが、はぐれないよう注意が必要です。また、子供は大量の汗をかきます。風邪を引かないよう注意が必要です。ストライクのために甘味はあったほうが良いでしょう。

- 必要な防災用品：・救急キットなど怪我対策 ・簡易の洗濯道具 ・菓子類などの甘味 ・レインコート
・ストライク解消のおもちゃ ・家族の顔写真、名札 ・歯磨き、制汗シート 等



○ 夫婦・一人暮らしの場合

自宅が無事であれば、避難所に頼らず自活できるようにする準備が必要です。家族が健康な大人で、自宅に滞在が可能であれば在宅避難（自宅待機）、又は近くの公園でテントを張ったほうがプライバシーも守られて楽です。ただ不自由な生活は想像以上に体力を消耗するので楽観視は禁物です。

- 必要な防災用品：・ソーラーバッテリー ・アイマスク、耳栓 ・テントなどのキャンプ用品 ・加熱調理ガスコンロ ・携帯ラジオ 等

裏面につづく

回覧								

防災ニュース「きらら」は単独で回覧をお願いします。

まず身の回りの危険度を知ったうえで対策や防災グッズの準備をしましょう。

身のまわりで危険な個所が分かると、対処と必要な備蓄や防災用品が見えてきます。そのうえでいい物を厳選して揃え、起こりうる様々な災害へ備えておくのがベストです。

「防災用品は基本あって困る物は一つもありません。できることなら全ての用品を揃えておきたい。」

今こそ、本当に「必要な防災グッズ」を揃えましょう。又、「チェック」をしておきましょう!!!

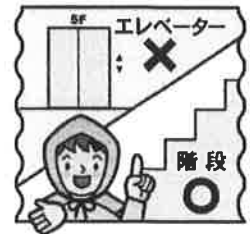
1、事前準備

- ・家具類の転倒、落下、移動防止 など家具固定をしておきましょう。
- ・消火器の使用期限をチェックして、設置場所は複数個所に分散しておきましょう。
- ・ヘルメットやスリッパは揺れの時、すぐに身に着けられる位置に置いておきましょう。
- ・ドアや避難通路をふさがないように荷物を置かないようにしましょう。



2、発災直後

- ・身の安全が最優先です、家具や窓ガラスに注意して安全な場所を確保しましょう。
- ・部屋の窓や戸、玄関の扉を開けて避難通路の確保をしておきましょう。
- ・下水、排水設備が損傷している場合があります水洗トイレの使用は控えましょう。



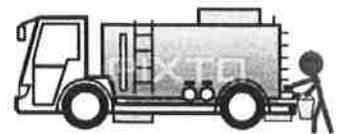
3、避難をする場合は

- ・ガスの元栓を閉めて、電源（ブレーカー）を遮断してから避難をしましょう。
- ・家は必ず施錠しましょう、安否情報を残すなら家族だけが分かる場所へ。
- ・車（渋滞回避）やエレベーター（閉じ込め）は使わないようにしましょう。
- ・大雨の時は、川のそばには行かないようにしましょう。



4、食事（身の安全が確保できたら）

- ・普段から少し多めの食材、加工品を買って使った分だけ買い足しておきましょう。
- ・冷蔵庫の中の物は電気が止まっても、ある程度冷えています。（保冷剤の活用）
- ・食器が洗えなくなります、ラップを活用して断水の時に備えましょう。
- ・長期保存の非常食を用意しておきましょう。



5、自活（自分で何とかできる準備）

- ・公園、避難所などの非常用トイレの場所を確認しておきましょう。
- ・水の配給場所（指定避難所）を長期在宅避難に備えて水配給場所を確認しておきましょう。
- ・在宅避難の場合は情報不足となります、近隣住民と連絡をとりあいましょう。
- ・水はリュックか台車、シルバーカー等で運ぶと良いでしょう。



6、避難所（家にいることが出来ないなら避難所へ行こう）

- ・避難所では決められたルールは必ず守りましょう。
- ・手洗い、うがい、マスクの着用 等を着用して感染症に気をつけましょう。
- ・現金、通帳、印鑑 等の貴重品は肌身離さず自己管理をしましょう。
- ・水を使うことのできない容器はラップを敷いて食中毒を予防しましょう。



7、車中止泊（自家用車で過ごす）

- ・熱中症対策で水分補給、こまめな水分、塩分補給をしましょう。
- ・心身機能の維持、回復に適度な運動をしましょう。
- ・災害、配給 など情報の入手のために、ラジオ、電池の準備をしておきましょう。

