

梅雨から夏の季節 豪雨や台風等、災害が起こった時

「もしもの時の備え」、できてますか？



難しく考えると面倒になってしまいます、最低限の「もしもの備え」、できることからやってみましょう！

最低限持ち出したいもの…



- 現金 ○健康保険証（または身分証明書）
- 何時ものんでるお薬（できればお薬手帳）
- マスク（複数枚）
- 緊急時に知らせたい人の電話番号等の書いたもの（携帯電話等）

災害情報を早く知る方法も大切です

- テレビのリモコンにはdボタンがあり、dボタンを押すと自分の住んでいる地域の台風情報、注意報警報などを文字で知ることができます

確かめておきたいこと…

- 家の近くの「指定避難所、指定緊急避難所」の場所と、道順の確認
- いざという時、どの道を通って避難するか考えておきましょう
- 避難場所は原則場所の提供のみとなっています、自分に必要と思われる杖や座椅子、枕、クッション、タオルケット等、最低限の必要な物を考えておきましょう
- できればご近所の方や、友人などと事前に避難について話し一緒に行動できるようにしておくといでしょう
- 避難する場合、ご近所に「避難」を声掛けしてあげることも大切です

- インターネットなどでは詳しい地域情報を知ることができますが災害情報を電話で知らせてくれるよう家族や知人等に頼んでおいてもよいでしょう



ねこのて

発行責任者
八尋厚江

令和4年7月発行

