


(2) 留意事項

もしもの場合に備え、日ごろから準備できること	避難時に必要なものは、1か所にまとめておく もしもの場合の対応について、家族で確認しておく 屋内退避所・避難集合場所を覚えておく	
------------------------	--	---

事故の発生などのお知らせがあったとき	<ul style="list-style-type: none"> ○災害情報を入手しましょう。 ○近隣の人たちと情報を共有しましょう。 ○正確な情報を入手し、うわさや憶測で行動しないようにしましょう。 ○緊急を要する連絡以外、電話の使用は極力控えましょう。
屋内退避の指示が出されたとき	<ul style="list-style-type: none"> ○屋内に入ったら、すぐに手や顔を洗いましょう。 ○必要に応じシャワーを浴びるなど、身体を洗い流しましょう。 ○ドアや窓、換気扇を閉めて、外の空気が入らないようにしましょう。 ○食べ物はフタをしたり、ラップをかけましょう。(家にある食べ物は、食べても問題ありません。) ○貴重品や着替え用衣類などの持ち物(携行品)を用意しましょう。 ○落ち着いて、新しい指示や正確な情報を待ちましょう。
避難の指示が出されたとき	<ul style="list-style-type: none"> ○あわてずに指示の内容をよく聞きましょう。 ○ガスの元栓をしめ、電化製品のコンセントを抜くなど、火の元に注意しましょう。 ○冬期間は、ストーブを消し、水道の水落としも忘れずにしましょう。 ○マスク・外衣等を着用し、用意した持ち物(携行品)を持ちましょう。(服用中の薬がある方は、忘れずに準備しましょう。) ○家を出るときは、窓やドアなど戸締りを忘れないようにしましょう。 ○近所の人と声をかけ合い、お年寄りや病気の方、体の不自由な方などを助けながら、お互い協力して避難しましょう。(避難が困難な方は、役場に連絡しましょう。)
水や食べ物の摂取が制限されたとき	<ul style="list-style-type: none"> ○指示に従い、汚染のおそれのある水や食べ物を飲んだり、食べたりしないようにしましょう。 ※家の中に保管してあるものは問題ありません。 ※安全が確認され次第、制限は解除されます。

7 避難時の持ち出しチェックリスト



●長期的な避難も考えられます。次のものを持ち出しましょう。

身分証明など	<input type="checkbox"/> 運転免許証 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 家族の写真
お 金	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 預金通帳・印鑑 <input type="checkbox"/> クレジットカード
医療品など	<input type="checkbox"/> 常備薬(処方箋情報) <input type="checkbox"/> 救急薬品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> メガネ・コンタクト <input type="checkbox"/> 赤ちゃん用品 <input type="checkbox"/> 介護用品
健康・衛生関係	<input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ちり紙 <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 歯みがき用具 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> ひげそり <input type="checkbox"/> 生理用品
衣服・布団	<input type="checkbox"/> 医療品 <input type="checkbox"/> 上着 <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋
食べ物・飲み物	<input type="checkbox"/> 食べ物 <input type="checkbox"/> 飲み水 <input type="checkbox"/> 紙コップ・紙皿
情 報	<input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 重要な電話番号
明かり・電気	<input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> マッチ <input type="checkbox"/> ローソク <input type="checkbox"/> ライター
その他	<input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> ロープ <input type="checkbox"/> 傘・雨具 <input type="checkbox"/> 靴 <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> レジャーシート <input type="checkbox"/> 笛(ホイッスル) <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 <input type="checkbox"/> ラジオや懐中電灯の電池

災害用伝言ダイヤル

地震など災害の発生で電話がつながりにくい状況になったとき、「災害用伝言ダイヤル」が開設されます。被災地の方が、自宅の電話番号宛に伝言を録音し、全国からその音声を再生することができます。

災害用伝言ダイヤル 171

災害発生時(震度6以上の地震など)に稼動するNTTの災害用伝言ダイヤルサービス。
家族や友人が被災した場合の安否確認や連絡に役立ちます。



※災害用伝言ダイヤルサービスの開始はテレビ、ラジオなどで通知されます。※一般加入電話(ダイヤル・プッシュ式)、公衆電話、携帯電話、PHS(共に一部事業者を除く)で利用できます。