



# 弾道ミサイル発射！その時どうする？



北朝鮮が頻繁に弾道ミサイルを発射し、ニュースを賑わせています。これまでは海上に落下していますが、いつ日本国土に落下するかもしれません。緊急時、私たちはどのように身を守ればよいのでしょうか？

## 弾道ミサイル発射！

(日本に落下する可能性がある場合、) **同報無線で特別なサイレン音とメッセージが流れます。**  
また、緊急速報メールで緊急情報が届きます。



**速やかに“避難行動”を開始してください。**  
(発射から短時間で到達する可能性もあります。)



行政からの指示に従い、**落ち着いて行動**してください。また、正確な情報を集めましょう。

詳しくは内閣官房「**国民保護ポータルサイト**」をご覧ください。サイレン音の確認やチラシのダウンロードもできます。



国民保護ポータルサイト |



## 避難行動

メッセージが流れたら

**落ち着いて、直ちに行動してください。**

屋外にいる場合

**できる限り頑丈な建物や地下に避難する。**

地下：地下街や地下駅舎などの地下施設

建物が無い場合

**物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。**

屋内にいる場合

**窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。**

近くにミサイル落下！

●屋外にいる場合：口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内又は風上へ避難する。

●屋内にいる場合：換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

内閣官房「国民保護ポータルサイト」を参考にして作成



## おしえて危機管理講座

食中毒予防編

家庭の台所に潜む食中毒の危険 ~家族と自分を食中毒から守るためには~

原因

暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌やウイルスの増殖が活発になり、食中毒が発生しやすくなります。



### 家庭での予防策は…

冷蔵・冷凍が必要な食品は、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫等に入れましょう。



ふきん類は、手拭用・食器用・調理台用に分け、濡れると菌が増殖するので、こまめに交換しましょう。



細菌は中心部 75℃で 1 分以上、ウイルスは中心部 85℃~90℃で 90 秒以上の加熱で、ほぼ死滅します。ハンバーグや塊の肉は串を刺して出てくる汁が透明かどうかで、火が通ったか判断できます。



箸をつけた残り物は、再加熱してから保存しましょう。

家で作ったお弁当は、注意しないとダメですよ~!



お弁当は、汁気の多いものは汁気を切り、水蒸気がこもらないように、冷まして詰めましょう。詰めるときは素手で触らず箸を使いましょう。

彩りに使うプチトマトは、ヘタの根元の雑菌が取れにくいので、ヘタを取り洗ってから詰めましょう。

食べる時まで、できるだけ涼しい場所で保管して、早めに食べましょう。



食中毒菌やウイルスは自分の手にも付着しているよ。調理の前や食事の前には必ず手を洗おう!

