

等等 (上面是举例。需要的话请自己追加一下)

| | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 手电筒 | <input type="checkbox"/> 随身收音机 |
| <input type="checkbox"/> 充电宝 (预装的电池) | <input type="checkbox"/> 打火机 |
| <input type="checkbox"/> 印章 | <input type="checkbox"/> 消毒用的酒精 |
| <input type="checkbox"/> 保温急救毯 | <input type="checkbox"/> 口罩 |
| <input type="checkbox"/> 保险证, 身份证的复印件 | <input type="checkbox"/> 现金 (纸币, 硬币) |
| <input type="checkbox"/> 眼镜 | <input type="checkbox"/> 衣服 (包括内裤) |
| <input type="checkbox"/> 外套 | <input type="checkbox"/> 药品 |
| <input type="checkbox"/> 糊化大米 | <input type="checkbox"/> 罐头 |
| <input type="checkbox"/> 500毫升的水 × 6 | <input type="checkbox"/> |



避难时一定要带的「避难包」。里面要保证有3天份的储备。

④ 确认避难包

⑤ 确认储备物品



确认避难包和另外要做「储备」。大概的分量是7天的粮食·生活用品等。循环储备吧。

| | |
|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 饮用水 (每个人21升以上) | <input type="checkbox"/> 盒式气缸 (5瓶以上) |
| <input type="checkbox"/> 粮食 | <input type="checkbox"/> 保鲜膜 |
| <input type="checkbox"/> 菜 | <input type="checkbox"/> 卡式炉 |
| <input type="checkbox"/> 甜点 | <input type="checkbox"/> 手电筒 |
| <input type="checkbox"/> 便携式马桶 (一个人35个以上) | <input type="checkbox"/> 塑料大桶 (水用) |
| <input type="checkbox"/> 卫生纸 | <input type="checkbox"/> 电池 |
| <input type="checkbox"/> 消毒用的湿纸巾 | <input type="checkbox"/> 充电宝 (行动电源) |
| <input type="checkbox"/> 擦身体的湿纸巾 | <input type="checkbox"/> 刷牙用品 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

等等 (上面是举例。需要的话请自己追加)

【中国語】

家庭内的防灾小手册

~ 事前的准备 ~

静岡県警察本部

③ 家里的防灾措施

介绍一下在家里受灾的时候, 避免受伤要做的的事情。

□ 换家具的地方

在避难路径上不要放大型家具。在比肩膀高的地方不要放重的东西。

□ 固定家具, 家电

有效的利用L字金属零件, 伸缩杆, 皮带装置, 耐震垫等, 固定比较大的重的家具。



□ 防止玻璃片飞溅

使用防止玻璃片飞溅用的膜防止受由于玻璃的伤。

② 需要避难的话, 确认避难的地方・联系方法

白天家人都在不同的场所, 为了确认彼此是否安全确认一下家人的联络方法。

使用「灾害发生时专用电话号码171」, 「web171」时也需要电话号码, 在下面写一下。

| | |
|------|--|
| 名字 | |
| 联络方法 | |
| | |
| | |
| | |
| | |



确认灾害地图后, 如果自己家・公司有可能遭到波及的话, 先决定要避难的地方。

| | |
|------------------|-------|
| 谁当时正在做什么的时候/灾害种类 | 往哪里逃走 |
| 例子) 爸爸/公司/上 | 公司屋顶 |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

【要准备什么呢?】

- ① 灾害地图确认
- ② 需要避难的话, 确认避难的地方・联系方法
- ③ 家里的防灾措施
- ④ 确认避难包
- ⑤ 确认储备物品

这次介绍一下上面的5个事情。

紧急事态对策课的「X」上正在提供灾害信息・防灾知识!



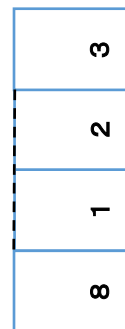
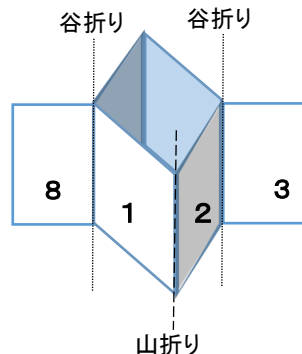
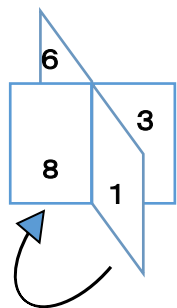
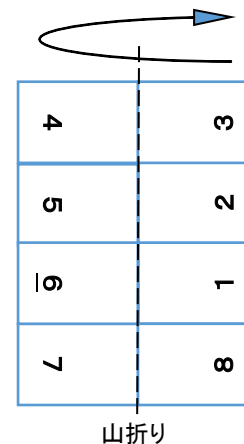
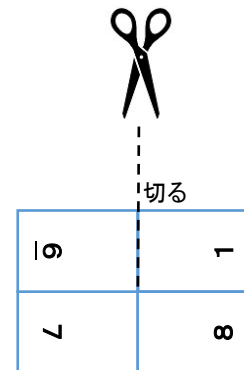
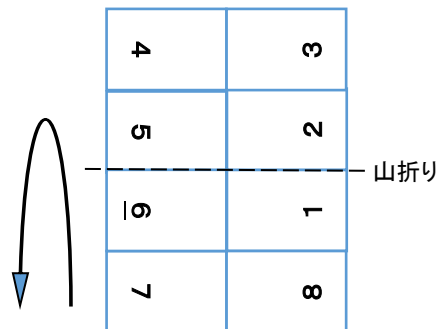
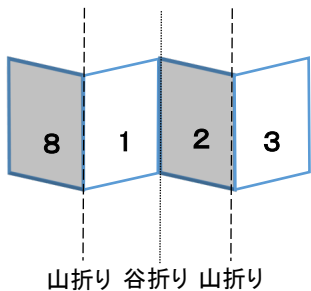
① 灾害地图确认

每个市镇都有提供灾害地图, 国土地理院提供的「重叠灾害地图」也可以确认。



国土地理院「重叠灾害地图」





----- 山折り
 谷折り
 ✂----- 切る

しっかり折り目をつけると、きれいにでき上がります。

「防災について、もっと知りたい」

静岡県警察「家庭内防災マニュアル」(完全版)のダウンロードリンクはこちら →

