

■ 日頃からの備えをチェックしましょう！

避難が必要なときに持ち出す「非常持ち出し品」と、避難後の生活をささえる「非常備蓄品」を備えましょう。

非常持ち出し品

- 携帯用飲料水
- 食品（カップ麺、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- 貴重品（預金通帳、印鑑、現金など）
- 救急用品
- ヘルメット、防災頭巾
- 軍手（厚手の手袋）
- 懐中電灯
- 衣類（セーター、ジャンパー類）
- 下着
- 毛布
- 携帯ラジオ・予備電池
- ライター、マッチ、ろうそく（水にぬれないようにビニールでくるむ）
- 使い捨てカイロ
- ウェットティッシュ
- 筆記用具（ノート、鉛筆など）

《赤ちゃんがいる場合》

- 粉ミルク
- 紙おむつ
- ほ乳瓶

《必要なものなど》

- 常備薬
- 入れ歯
- メガネ
- 補聴器



非常備蓄品（1人分）

- 飲料水 9ℓ（1人あたり1日3ℓ×3日分）
- ご飯 4～5食分
- ビスケット 1～2箱
- 板チョコ 2～3枚
- 乾パン 1～2缶
- 缶詰 2～3缶
- 下着 2～3組
- 衣類（セーター、ジャンパー類） 1～2着



※非常持ち出し品と非常備蓄品は、年に1度チェックして、新しいものと交換しましょう。



- ① 事故車両からの救出救助訓練
- ② 防災ヘリによる救助訓練
- ③ 非常食調達訓練
- ④ 消火器を使用した初期消火訓練
- ⑤ 水道応急復旧訓練
- ⑥ ガス応急復旧訓練
- ⑦ 放水訓練
- ⑧ 避難所設置運営訓練
- ⑨ 負傷者救護所設置訓練

日頃からの備え

災害はいつ起こるか分からないため、「そのとき」どう対応し、どう行動するべきか、日頃から防災を意識し、備えておくことが重要です。災害時に自分や家族の安全を守るため、備蓄などの備えを行ってください。

《地震への備え》

タンスや本棚など転倒のおそれがある家具は、ポール式器具やストッパーなどを取り付けることで、家具の転倒を

《風水害などの災害への備え》

防止できます。また、観音屏の食器棚は、地震で扉が開かないよう止め金を付け、ガラス部に飛散防止フィルムを貼ることで、破損したガラスや食器の破片などによる怪我の予防ができます。

《家族との連絡方法を確認》

災害発生時など被災地との電話連絡が取りにくい場合は、災害用伝言ダイヤル（177）を利用してください。声の伝言板に音声を録音することで、その音声を聞いた方が安否確認をすることができます。また、公衆電話は一般回線より優先的に確保され、被災地では無料で利用できます。近年公衆電話の数が減ってきていますので、普段から設置場所を把握しておくことも必要です。

防災意識を高め、災害に備える

東日本大震災の教訓を生かし、災害に備えるため、市では「総合防災訓練」を実施しています。今月号では、その概要と日頃からの備えなどをお知らせします。

本庁舎生活環境課 ☎1111 内2166

「ブラインド型」の訓練方法

8月23日、市総合運動公園（北中川原）で「白河市総合防災訓練」が行われました。この訓練は、市防災の日（8月27日）の関連事業として隔年で実施しているもので、当日は、白河消防署や白河警察署、陸上自衛隊、消防団など関係機関のほか、地域の自主防災組織など、約600人が参加し、災害の備えを確認しました。

今回の訓練は、東日本大震災の教訓を生かし、実際に起こり得る災害を想定して柔軟に対応できるよう「ブラインド型」の訓練方法を採用しました。この方法は、事前にシナリオを知らせず、本部が提供する情報をもとに、参加者がそれぞれ必要な処置をしていくものです。

訓練では、防災ヘリによる傷病者の救助や事故車両からの救出救助、阿武隈川河川敷での放水、避難所設置運営など、24項目32種目の訓練が行われ、参加者は緊張感を持って取り組んでいました。