

いざという時に備え 今できる対策を万全にしよう

いざという時、知識と備えが役に立ちます。
大切な家族を守るため、確認しておきましょう。

非常持ち出し品をチェック

- 飲料水 非常食料(乾パンやアルファ米など) 懐中電灯
- 予備の乾電池 携帯ラジオ
- 携帯電話のバッテリー
- リュックサック ヘルメット
- ライター・マッチ ビニール袋
- ティッシュペーパー・トイレトペーパー 衣類 軍手
- 毛布や寝袋 雨具 タオル
- 救急薬品 生理用品
- 持病の薬 現金(硬貨も)
- 貴重品 マスク 燃料(卓上・携帯コンロ、ガスボンベ、固形燃料など)
- 洗面用具 ラップ・アルミホイル ポリタンク など
- ・赤ちゃんがいる家庭では
- ミルク 哺乳瓶 離乳食
- スプーン オムツ おぶいひも ガーゼ など

救助のための準備

地震により火災が起きることも予想されるため、消火器を目立つところに準備しておく。また、家屋が倒壊したときの救出活動に、大工道具(のこぎりやパール、ハンマー、スコップなど)が役立つので、取り出しやすいところに置いておく。

家具類に対策を施す

① 納戸やクローゼットへ集中的

に収納し、生活空間に家具を置かないよう努める

② 避難通路、出入り口周辺に転倒、移動しやすい家具を置かない、引き出しが飛び出るとを考慮して家具を置く方向に気をつけるなど、配置を工夫する

③ 次のような器具を適切に使用し、家具に転倒・落下・移動防止対策をする

- L字金具
- 2段分離家具用連結器具
- ガラス飛散防止フィルム
- 滑り止めマット
- 固定ベルト
- つっぱり棒
- ストッパー など

市防災メールを活用

市では地震情報をはじめ、津波警報や気象警報などを自動でメール配信している。登録手順は、

① omaezaki-entry@tokyoanpi.sbs-infosys.com へ空メールを送信



※QRコードからメールアドレスを読み込むことも可能

② 返信メール受信

③ メールに記載されたURLをクリックし、登録用サイトへアクセス

④ 必要事項を選択し、登録ボタンをクリック

⑤ 完了メールを受信

● 我が家の行動表

名前	日常いる可能性の高い場所
家族の集合場所	避難先

● 家族の連絡先

名前	家族の連絡先

● 非常時の連絡先(被災地外)

名前	連絡先

● 防災カード

名前	
住所	
生年月日	
血液型	
勤務先	
所属自主防	

● 覚えておきたい! 災害時の連絡、情報確認方法

災害用伝言ダイヤル「171」

震度6弱以上の地震発生時にNTTで特設される。家族や友人などの安否を確認したい時に使う。一般加入電話や公衆電話、携帯電話から利用可能。

登録方法	再生方法
171 にダイヤルする ▼ ガイダンスが流れる	171 にダイヤルする ▼ ガイダンスが流れる
録音の場合 1 ▼ ガイダンスが流れる	再生の場合 2 ▼ ガイダンスが流れる
自宅の電話番号を入力	自宅の電話番号を入力
30秒以内で伝言を入れる	再生される

携帯電話「災害用伝言板」

大規模災害が発生した場合、それぞれの携帯電話ウェブ機能に「災害用伝言板」が追加される。登録された情報は、インターネット、携帯、PHSで確認できる。

同報無線確認ダイヤル

市内の同報無線で流れた直近の放送内容は、0537-85-1179で確認できる。