

上野南部地区にお住いの皆様へ



上野南部地区住民自治協議会
地域安全部会

皆様のご家庭の防災対策は万全ですか？

災害は突然襲ってきます。

常に日頃からの準備や心構えて、被害を最低限に食い止めることができます。

地域安全部会では、「お家で防災チェック」「非常持ち出し品チェックリスト」

「今こそ避難を考えよう」を参考にご家庭で万一来て、セルフ防災訓練を試みませんか？

日頃から情報収集しておこう

テレビやラジオ・スマホ
等で日頃から情報収集
のクセをつけておこう。



災害用
伝言ダイヤル

171

「171」を押した後、ガイダンスに従って
伝言の録音・再生を行ってください。

録音…①（録音時間30秒）

再生…②（保存期間48時間）

安否確認のために「災害
用伝言ダイヤル」を活用
しよう。

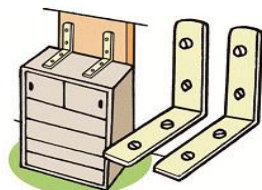


被災地の方も被災地以外の方も被災地の電話番号を
市外局番からダイヤルしてください。

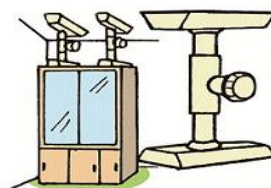
お家でチェック!



☐ 寝ている部屋に倒れ
そうな家具を置いて
いないかな。



☐ タンスや本棚はつっぱり棒や
金具で固定しているかな。



非常持ち出し品は準備してあるかな？

1年に1度は点検しておこう。

チェックリストは裏面にあるよ



Check!

非常持ち出し品チェックリスト！

☐ 非常食や飲料水（最低7日分）

水・乾パン・缶詰・レトルト食品・紙コップ・紙皿・水筒等

☐ 必需品

携帯電話・バッテリー・眼鏡・お薬手帳・入れ歯等

☐ 貴重品

健康保険資格者証・免許証・通帳・印鑑・車・家の鍵等

☐ 避難用具

携帯ラジオ・懐中電灯・予備電池・ヘルメット・防災頭巾等

☐ 生活用品

タオル・ビニール袋・ティッシュ・洗面道具・裁縫道具等

☐ 救急用品

絆創膏・常備薬・消毒液・三角巾・ガーゼ・湿布等

☐ 衣類関係

衣類・下着・雨具等

☐ その他

生理用品・赤ちゃん用品・筆記用具等

☐ 飲料水や食料品の賞味期限切れはないか

感染症対策用品

☐ マスク



☐ 除菌シート

☐ 手指消毒用ジェル



☐ ハンドソープ

☐ 体温計 など



※ご家庭の備蓄も確認しておきましょう！

防災

今こそ避難を考えよう！

防災

安全にできるだけ快適に過ごせる場所を検討しよう！

Check!

☐ ご自宅の安全点検

☐ 自宅の2階へ避難する **垂直避難** は検討しましたか？

☐ **避難所**で感染リスクに耐えられる**用意**はできていますか？

☐ **家族・友人・知人宅**などへの避難は検討しましたか？