

衛生委員会だより

社会福祉法人ならやま会 衛生委員
令和6年9月号 担当事業所:くれよんプラス

9月1日は、「防災の日」、そして9月は「防災月間」です。
1923年に関東大震災が起こったこと、9月は災害が多いことから、「災害に備えつつ知識を深めるため」に制定されました。
この機会に防災意識を高め、家庭、職場でのいざという時の備えについて見直しましょう。

※持ち出し袋を準備しておきましょう！

石川県羽咋市に住んでいる叔母が、能登半島地震を経験したので聞いてみました。

Q 地震はどうでしたか？

A 地震の時は、車に乗っていました。強い横揺れで、車がひっくり返りそうになり、とても怖かったです。

Q 一番、困ったことは何ですか？

A 水が出なかったことです。しばらく、川に水を汲みに行き、トイレや洗濯に使いました。水が使えないことが一番不便でした。

Q 現在の様子はどうですか？

A 何度も道路の工事が入りますが、日が経つと地面が陥没します。近所には地面が液状化していて、まだ傾いている家もあります。

いつ起こるか分からない自然災害。日頃から、災害が起きたらどうするか想像し、準備をすることが大切だなと思いました。



災害時に最低限必要な防災グッズ

最低3日分の非常用食料・飲料水

飲料水は1人1日3リットル
アルファ米・ビスケット・乾パン・
レトルト食品・板チョコなど

救急用具

持病の薬・常備薬・お薬手帳

携帯ラジオ

インターネットが
使えない場合の情報収集に

軍手

災害時に怪我や汚れを
防ぐために必須

懐中電灯

換えの電池もいくつか
準備しておく

携帯トイレ

トイレトペーパーも
忘れずにストック

マルチツールナイフ

生活に必要な工具や
ナイフとして使用

衣類・毛布など

衣類は圧縮袋でコンパクトに保管
毛布やカイロなどの防寒アイテム