

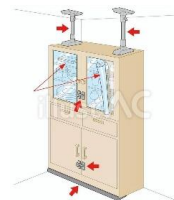
トピックス 地震に対する備えについて



新年早々、石川県能登地方で大地震が発生しました。被害に遭われた皆様に心よりお見舞い申し上げます。マグニチュード7クラスの首都直下地震は今後30年以内に70%の確率で発生し、埼玉県南東部の11市区に震度6強の揺れが発生すると想定されています。災害対応は、「自分の命、安全は自分で守る」ことが重要です。大地震が起きる前に備えの確認をしておきましょう。

【家具の固定】

地震から生き残る（発災時自分の身を守り、身の安全を守る）には、まず「家具の固定」です。家具類の配置の見直しや転倒・落下・移動の防止対策を講じ、室内の安全を確保しましょう。



【災害伝言ダイヤルの体験利用】

自分が助かったら、家族の安否が心配になります。災害時の集合場所や、家にいない場合の連絡方法をあらかじめ家族で話し合っておきましょう。

災害発生直後は、電話がつながりにくい状態となるため、家族の安否を確認するには「災害伝言サービス」を活用することが有効です。毎月1日、15日は体験利用ができます。

● 災害用伝言サービスの種類

災害用伝言サービスには3つの種類があります。それぞれの特徴を知り、複数使えるようにしておきましょう。

<p>災害用伝言ダイヤル 「171」</p> <p>171をダイヤル</p>	<p>災害用伝言板</p> <p>各社公式メニューや専用アプリから</p>	<p>災害用伝言板 web171</p> <p>『web171』で検索</p>
<p>登録可能番号 すべての電話番号 固定電話は被災地域の市外局番に限る</p>	<p>登録可能番号 携帯の電話番号 登録時は自動的に登録され入力不要</p>	<p>登録可能番号 すべての電話番号 携帯、PHS、IP電話の番号でも登録可能</p>

【3日以上の水・食料の備蓄】



地震から生き延びる（生き残った後に、従来の生活に戻るまで心身の状態を悪化させずに健康を維持していく）には、水と食料は欠かせません。

災害発生直後は支援物資が届くまで時間がかかることを想定し、最低3日分（できれば1週間分）の水と食料を備えておきましょう。

ちよつと紹介 ペットボトルで簡単ランタン作り方

非常時の持出し袋の中に懐中電灯を入れておけば、ランタンとして使用することが出来ます!!

- ①懐中電灯の上に水を入れたペットボトルを乗せるだけで、光が乱反射して周りを照らすことができます。
- ②懐中電灯が小さい場合はコップに入れてペットボトルを乗せる。火を使わないので安全です。

