



災害ボランティアだより



社会福祉法人杉戸町社会福祉協議会・ボランティアセンターHP
<http://sugitoshakyou.blog45.fc2.com/> (杉戸町社協で検索！)

もしものとき、備えられていますか？

2021年、日本全国で震度4以上の地震が起こったのは54回と、2019年の40回、2020年の46回と比べて増加しています。もし避難が必要な地震が起こった際、事前の備えは出来ていますか？

災害に対する家庭での備えについて、これだけは準備しておこう！というものをまとめてみました。

食糧・飲料などの備蓄、十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食品等を備えるようにしましょう。

- ・飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）
- ・非常食 3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど
- ・トイレトーパー、ティッシュペーパー・マッチ、ろうそく・カセットコンロ など



※ 大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※ 飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておく、などの備えをしておきましょう。

非常用持ち出しバッグの準備、できていますか？

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。

非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

非常用持ち出しバッグの内容の例（人数分用意しましょう）

- ・飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケットなど）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ・ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
- ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- ・衣類、下着、毛布、タオル
- ・洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ



※ 乳児のいるご家庭は、ミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意しておきましょう。

杉戸町では防災ハザードマップを杉戸町役場くらし安全課で配布、また杉戸町ホームページからも防災ハザードマップを確認できます。

ご家族同士の安否確認方法、決まっていますか？

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを、事前に話し合っておきましょう。災害時には、携帯電話の回線がつながりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。その際には以下のサービスを利用しましょう

災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。

災害用伝言板

携帯電話やPHSからインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます



避難場所や避難経路、確認していますか？

いざ災害が起きた時にあわてずに避難するためにも、自治体のホームページや国土交通省ハザードマップポータルサイトなどから防災マップやハザードマップを入手し、避難場所、避難経路を事前に確認しておきましょう！

災害救援ボランティア講習会のお知らせ

コロナ禍での災害発生時、避難所ではどう過ごす？



まだまだ終息とはいえない新型コロナウイルス感染症。もしも避難が必要な災害が起こった時、事前の備えや避難所での過ごし方はどうしたらいいでしょう。

当日は日本赤十字社埼玉県支部と杉戸町役場くらし安全課が講師となり、実際に杉戸町で使われる避難所のテント・仕切りなどを設置。講義を受けながら自分の行動について考えてみませんか？

日時：令和4年2月3日（木）13:30～15:45

場所：彩の国いきいきセンターすぎとピア2階ホール

定員：50人（定員達し次第受付〆切）

講師：日本赤十字社 埼玉県支部
杉戸町役場 くらし安全課

内容：日本赤十字社による「災害への備え」講義
杉戸町役場くらし安全課による避難所物品を活用しながらの講義・物品の組み立て

実際のテントの
展示・設置あり！



お問合せ・申込先

杉戸町社会福祉協議会

TEL 32-7402 FAX 36-1687

[メール sugitoshakyou@saitama.email.ne.jp](mailto:sugitoshakyou@saitama.email.ne.jp)

右記二次元コードを読み込むと社協ホームページへ繋がります。

ホームページからメールにてお申込みもできます。

※当日はマスクの着用・事前の体温計測にご協力ください。

