

# 大地震から子どもを守るためにできること

## 家の中から危ない場所をなくそう。

- ◆災害時にすぐに救急車が来るとは限りません。また、病院には多くのケガ人が集まり、すぐに診てもらえないかも知れません。
- ◆そこで、家族がなるべくケガをしないよう、重い家具は金具で固定したり、高いところに重い物を置かないなどの対策をおきましょう。
- ◆また、火事に備えて、消火器を必ず用意しておきましょう。



## 電気・ガス・水道が使えなくても、自宅で過ごす用意をしよう。

- ◆災害時は多くのご家庭でライフラインが使えないことが予想されます。
- ◆そこで、避難所に支援物資が届き出す、災害発生から3日間の用意を万全にしましょう。
- ◆できれば、物資の支援が十分ではない、災害発生7日後までの用意もしましょう。

### - 家庭内備蓄(例) -

□飲料水 … 1人1日3リットル用意しましょう。

- ◆子どもは脱水しやすいため、飲料水は特に重要です。
- ◆掃除や洗濯などに使うため、生活用水の用意も忘れずに。

□食料 … 日持ちするもの(米、乾麺、缶詰など)をなるべく多く用意しましょう。

- ◆災害時には冷蔵庫の中の物を先に消費することも有効です。
- ◆また、普段から十分に買い置きしておき、賞味期限の古いものから消費することで、無理なく備えられます(ローリングストック法)。

□調理用品 … カセットコンロ・ボンベ、食品用ラップ、簡易食器 など

□生活用品 … ビニール袋、ゴミ袋、トイレトーパー、新聞紙 など



ゴミ袋を便器にかぶせて使えば、下水が流れない場合でもトイレが使える。

詳しくは「備える。かわさき」をご覧ください。

川崎市の防災啓発冊子「備える。かわさき」は、地震や風水害などに備え、各家庭で取り組むことが詳しく、わかりやすく書かれています。

各区役所の窓口で配布しているほか、市HPにも掲載していますので、是非読んでください。



## 避難する場合に備えて非常持出袋を用意しよう。

- ◆避難した場所に十分な物がなく、また、すぐには家に帰れないことも予想されます。
- ◆そんな時に非常持出袋があれば、家族を守ってくれます。
- ◆下記を参考に、家庭内備蓄とは別に、すぐに持ち出せる場所に非常持出袋を置いておきましょう。



### -非常持出袋の中身(例)-

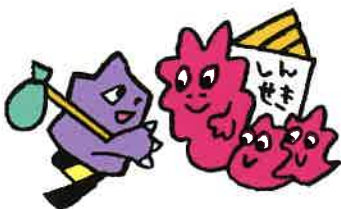
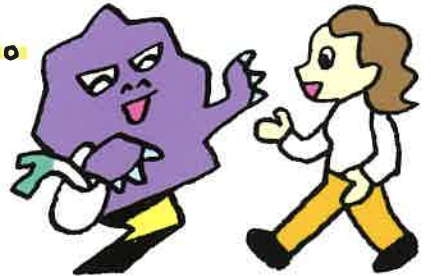
水・食料	<input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 携行食・非常食（ビスケットやアメなど子どもが食べやすいもの）
医療・安全・衣類	<input type="checkbox"/> 薬・救急用品 <input type="checkbox"/> 歯ブラシ（マウスウォッシュ） <input type="checkbox"/> 防塵マスク <input type="checkbox"/> 厚底の靴 <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 携帯レインコート <input type="checkbox"/> 防寒着・下着・靴下
道具類・生活用品	<input type="checkbox"/> 携帯電話（充電器） <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 懐中電灯（ヘッドライト） <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> 携帯カイロ <input type="checkbox"/> ロープ <input type="checkbox"/> ライター・マッチ <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> ゴミ袋・ポリ袋 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ティッシュ <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証・預金通帳（コピー可）
その他	<input type="checkbox"/> 家族の状況（障がいやアレルギーなど）に応じたもの <input type="checkbox"/> 粉ミルク・離乳食・オムツ・ほ乳瓶・おしりふきなど（乳幼児のいる家庭用） <input type="checkbox"/> オモチャ（避難場所で子どもが遊ぶため） <input type="checkbox"/> 女性用の生理用品やショーツ、携帯ビデなど

※避難の際は、ベビーカーではなく、抱っこ紐で、子どもに靴をはかせて避難しましょう。

※平常時から子どものリュックや非常持ち出し袋に家族写真を持ち歩くのもオススメです。

## 災害時に助け合える関係をつくっていこう。

- ◆災害時に、家族の安否が早く確認出来れば何より安心です。そこで災害伝言ダイヤル171やWEB171など、災害に強い連絡ツールを使えるようにしておきましょう。
- ◆また、災害時には人と人との助け合いが頼りになります。こどもも、大人も、日ごろの挨拶やコミュニケーションを大切にしましょう。



親戚の家に身を寄せることも。



ご近所で助け合うことも。

子育て情報はアプリが便利♪

川崎市のホームページから  
子育てアプリで検索！

