改めて<mark>災害の備えを</mark> お願いします

昨年1月1日午後4時10分、石川県能登地方を震源とする能登半島地震が発生し、最大震度7の揺れが周辺地域を襲いました。今後、このような大地震がいつまた起こるか分かりません。いざというとき、どこにいても慌てず、適切な行動がとれるよう、対策を考えておくことが大切です。

災害からあなたと家族を守る パスポート シリーズ 168

発災時間とそのときにいる場所で あなたのとるべき行動が変わります

昼に地震が起きたら…。

東日本大震災は 午後2時46分に発生

- ●家族がそれぞれ別の場所にいる
- ●公共交通機関が止まって帰宅困難者が出る
- ●炊事の時間帯には火災が多くなる
- ●地域に人手が少ない

夜に地震が起きたら…

阪神・淡路大震災は 午前5時46分に発生

- ●多くの人が家にいる
- ●寝ていて倒壊家屋や家具の下敷きになる被害が多く出る
- ●灯りの確保がすぐに必要になる
- ●灯りがなく救助活動が遅れる

こんなとき、地震が起きたら…(働いているかたの場合)

06:00 起床

朝食

火は止めた!次に何をしたらいい!?

外回り 《電車が急停止!車内にもけが人が!

12:00 ランチ < お店で火災!どこに逃げる?

15:00 店頭で接客 一地震でお客様がパニック状態に!どう誘導したらいい?

18:00 子どものお迎え 電車が止まって帰宅できない!子どもが心配… 帰宅

夕食 一電気が消えて真っ暗!懐中電灯はどこだった?

21:00 就寝

いざというとき、何が起こり、何が必要になるかを考えて、日頃から準備をしておいてください。

(例えば)

「発災直後は外部支援が届かない」→"3日分の水・食糧"を備蓄する 「停電や断水が起こる」→必要なものを詰めた"非常用持ち出し袋"を用意する など

詳しくは こちら!



歩いて! 体操して! スタンプ集めて!

間保健スポーツ室 ☎724・6998 四724・6010

ブレミアムコラホギバッシを ゲットトトラーフロロのからな協フタート

数量限定のプレミアムコラボ缶バッジ第42弾がついに登場!前回の「たか丸くん」からバトンを受け取ったのは、徳島市イメージアップキャラクター「トクシィ」です。今回のコラボを記念して「トクシィ」が披露してくれたのは、なんと"阿波おどり"!見ているだけじゃもったいな

いと、滝ノ道ゆずるもモミジーヌも一緒になって、明るく元気に踊りを楽しみました。

コラボ缶バッジはなくなり次第終了です。交換はお早めに!



1回の参加でスタンプ2個ゲット!



「滝道週末ウォーキング」

参加方法など、詳しくはコチラから 🗕





まちやまウォーキング

参加方法など、詳しくはメイプルハーツ箕面公園 管理事務所(☎721・3014)へ

1回の参加でスタンプ 1個ゲット!



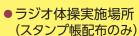
「公園でラジオ体操」

参加方法など、詳しくはコチラから →



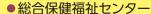
缶バッジへの交換の際は、必ずスタンプ帳をお持ちください。

スタンプ帳配布及び 缶バッジ交換場所



(スタンプ帳配布の ●市役所

(保健スポーツ室〈別館3階・平日8:45~17:15〉)



● 箕面公園管理事務所前のスタンプポイント (滝道週末ウォーキング・まちやまウォーキング開催時)

