



Web版ふあまっぷ
http://kosodate.city.nisshin.lg.jp/famap/

教えて！防災

天災は忘れたころにやってくる！
9月1日は防災の日ですね。
阪神大震災、東日本大震災など知っていても、いざ自分のこととなると・・・
ふあまっぷメンバーと一緒に災害について備えてみませんか？
日進消防署に防災のポイントを教えて頂きました。



避難する

貴重品とママバッグ・常備薬等必要最小限のものをもって移動しよう！



地震発生

大きな揺れ

机の下へまたは
大人が覆い被さる

机の下に隠れる時は
机の脚をしっかりと持つ

揺れが収まる

避難所または外へ

家が安全

どうしても生活できない

自宅待機

避難所へ

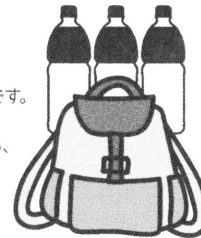
福祉避難所とは？

★災害弱者（高齢者・乳幼児・妊産婦・障害者・傷病者等の避難困難者）に配慮した避難所です。通常の避難所と同時に開設されませんが、必要に応じて福祉会館や保育園等に設置されることがあります。

備蓄に関して

どれくらい必要？

- ★【1週間以上】の備蓄が望ましい。
- ★飲料水では3ℓ/1日（成人の場合）必要です。
- ★避難所に行かずに生活する場合、トイレや風呂等生活用水を確保するため、節水を心がけることが大事です。



どこに置いておく？

- ★高温多湿を避ける指示がないものは屋外の倉庫でもOK。
- ★避難用具は、普段よくいる部屋の目につく場所に置いておく。
- ★災害後、倒壊などで家の玄関から出入りができない時のために、庭の窓等から避難バッグや備蓄品を取り出す可能性も想定しておく。

長期間保存可能な水や食料は、時期をずらして購入することで、年単位でローテーションすると、消費も購入の負担もしやすいです。



様々な対策と対応

火事の場合

1. 火事だと叫んで回りに知らせ助けを求める、119番通報をしてもらう。
2. できるなら初期消火を行う。

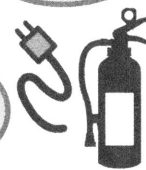
燃え残りやくすぶりも考えられるので119へ必ず連絡！

- ★ガスコンロ周りを整理する。燃えやすいものを近くに置かない。
- ★消火剤や消火器等を備えておきましょう。
- ★引火の可能性もあるので換気扇等もこまめに掃除する。
- ★コンセントはトラッキング現象を防ぐためプラグ周りの掃除が必要。しっかりささっているかも確認する。
- ★長期間使用しない場合はプラグを抜いておく。

火元を離れないことが一番大事

火災の原因の
ワースト1は放火、次いでタバコ
なので普段から外に燃えやすい
ものを置かないようにする。

日頃の心がけが
大事です！



子どもを守る

学校や幼稚園等では保護者が
迎えにくるまで先生達が見ていてくれます。
自分の安全を確保できたら
安全なルートを通って迎えにいきましょう。

大きな道路は
比較的安全

手を繋ぐより
抱きかかえる



デパート等の人が多い場所で被災した場合、多くの人がパニックになり出入り口へ一気に移動する・・・

★子どもが多い場合、人の流れをやり過ごし、落ち着いてから移動するとはぐれにくい。

子どもが溺れた場合は、
パニックになった
子どもに引きずられることも
あるので子どもを自ら助けにいかず、
浮くものを投げて捕まらせてから
たぐりよせて引き上げるとい
う対処が望ましいです。
流れていく先を把握することも
捜索してもらう際に重要です。



連絡する

大事な連絡先はメモして
おいたり、口座番号や通帳の
コピーがあると安心！

各携帯電話会社の
災害用伝言板
サービスも
あるようです

災害用伝言ダイヤル
「171」

市外局番からの固定電話番号別
に伝言を残すことができます（2日間で10件）。
公衆電話・携帯電話からも確認可能。

災害による停電時には公衆電話が
無料開放されることもあります。
小銭やテレホンカード等公衆電話でも
使えるものを備えておくことも必要です。



ペットはどうなる？

行政の備蓄では
人間の分しか確保されていません

- ★避難所では外に繋いでおく等の対策しかできません。できれば家のスペース内で過ごしてもらうことが望ましいです。

地震、その後・・・

- ★被害の程度が大きいと倒壊したり傾いたりすることがあります。現状の家の写真を撮影しておけば、被災後に見比べてみると損傷の程度がわかると思います。自宅の安全確認の評価を行政がしてくれます。そこで大丈夫と言われたら生活は可能です。

- ★銀行にもありますが、災害時には多少の金額なら本人確認のみで引き出したりできることもあるそうです。詳しくは各金融機関にお問い合わせください。

被災した場合、その後の行動は個々の判断となり自己完結となる為、自分たちに何が必要なのかということあらかじめ把握し準備する必要があります。また、医療機関が被災する場合もある為、常備薬もある程度用意した方がいいかもしれません。

阪神大震災で被災した方の体験談 ～防災の日に寄せて～

地震がきた瞬間は揺れよりも地響きの音が先に聞こえてきて、それから揺れたのが印象的です。本能的に何かがくる、ということがわかっていても実際揺れるまで何も動けず、揺れてからはあまりの揺れの大きさにそれが危ないレベルだとわかる頃にはすでに立ってない状態になりました。避難訓練などで机の下に隠れるとかガスを切るとかやりましたが全くできません。ただただ子どもの上に覆いかぶさるようにするだけでも体がもっていけるようでした。また、子どもは何か異常が起きるとはわかっていても押さえ付けられることに抵抗するので、揺れがおさまるまでとても長く感じました。たまたま子どもが近くにいたので良かったですが、同じ家にいても離れていたり別室にいたりしたらと思うとぞっとしました。それから、家具やおもちゃなどもたくさん落ちてきました。子どもに触られないようにと上に上に積み上げて収納するようにすることが災いしました。子どもの上には落ちなかったのが良かったですが、危ないものはたくさんありました。すぐに避難先に移動しなくてはという気持ちにはなりました。防災グッズをまとめたのはあったものの寝室だったので取りに行けませんでした(寝室にいく廊下が崩壊したので)。

いつものお出かけ用カバンにオムツや水などのとりあえず思いつくものを入れて子どもを抱えて家を出ましたが、避難先に着いてから足りない物や「そういえば」と気付くものがたくさんありました。とりあえず避難先で受付を済ませ、場所の確保などをして子どもを連れて、持てるだけの荷物を抱えてまた戻っての往復が日課になっていました。そのうち寝室に行けるルートができて防災グッズをひっぱりだしました。

子どもは当時4歳でしたが、それでもぐずったり泣いたりすると周りの目が気になったりしたのでペコペコ頭を下げてばかりでしたし、自分の陣地だけでは満足してくるはずもなく、じっとしてられないので外によく連れ出しましたが寒いので中にいてほしかったです。あと、余震が怖くて子どもと離れられない状態でした。時間がたつに連れて避難所でのルールや雰囲気を作られてきて周りとの連携や情報もとれるようになってきました。物資が足りないことは思ったより長く続くので覚悟が必要です。

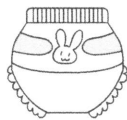


被災者からのアドバイス!

おすすめ防災アイデア

●Lサイズのテープおむつ●

子どもがいる家庭に1袋非常用として置いたら、Lサイズのテープタイプおむつがオススメ。テープなので多少ずれはあっても止め加減で新生児から大きい子まで使えます。最悪、生用ナプキンの代役にもなる生ゴミもくめて捨てられるので何にでも重宝できました。



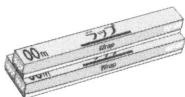
●台所用漂白剤●

漂白剤を水で薄めたものを食器にさっとぐらさせることですぐ使えたりします。また、避難所へ携帯する水は持てる分だけでよいでしょう。



●食品用ラップフィルム●

意外と使える重宝物。ケガをした時の応急処置や骨折などの三角巾として。食器等に敷けば水なしで何度も使えるので節水になったり汚物等もくめて臭い止めにもなります。



●子ども用バッジ(迷子札)●

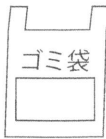
避難所は広くていろいろなる世帯がぎゅっと暮らすので「ここにいる」と言っても声も届かないし、子どもも「この部屋にいるはず、この体育館にいるはず」と親を見つけれず迷子になります。

子どもの名前と大人の連絡先、携帯が繋がらなかった時のため避難場所の部屋位置(例: 体育館北側ドア付近)など書いてバッジとしてつけられるようにしておくといいです。トイレやお風呂や配膳などに並ぶため、どうしても子どもだけになりがちです。いざという時にすぐ使えるように、普段はママバッグに入れておくといいかも。



●大型ゴミ袋●

穴を開けて上からかぶれば防寒、雨具として使えるし、何枚か重ねると水を運ぶタンクにもなります。



～子育てにがんばるみなさんを応援しています～

林和子 お菓子教室 サブリナ

頑張るパパ・ママを応援しています。
子育てをぜひ、楽しんでください。

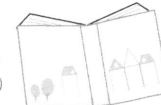
11月末にクリスマスパーティー用の
フィンガーフードの無料講習します。
HPからお申し込みください。

http://kazuko.chagasi.com/
〒470-0116 愛知県日進市東山6-25-13

LaboしまむらParty

絵本で英語と出会う。
英語と仲よしになろう。
たくさんの歌もうたって!!

- 0歳～大人
- 水・木・土
- (働くママのための
幼児クラスもあり
ます。)



0561-73-2345 島村悦子
日進市南ヶ丘2-10-9

LADIES CLINIC Ange レディースクリニック アンジュ

上のお子様と一緒に泊れます。
キッズルームもあります。

診療時間 AM9:00～12:00
PM5:00～7:00

休診日 水・土曜日午後、日曜祝日
TEL: 0561-74-1101 lc-ange.com

『守ってあげたい、子どもたちの歯』

お父さんお母さんの気持ちを大切にします。

子育て家族のお口の健康も応援します!

お父さんお母さんが治療中は、
保育士が小さなお子さんをお預かりします。(要予約)
安心してお子さんと一緒に来院ください。

MIYAWAKI DENTAL CLINIC みやわき歯科

〒470-0101 三本木町下川680-34
0561-74-3418
www.miyawakishika.com

ベビーマッサージ おひさま

ベビーマッサージは親子のほんわかタイム☆
定回は9/24&9/30日のおうちです 参加費800円

090-3423-3192 森城良美(おひさま)HP
HP http://ohisama-sora-jindo.jp

子ども用品を賢くリサイクル! フリーマーケット

ベビーカーですれ違えるよう、
通路は確保してあります!

●9/11開催(雨天の時は10/9)10:00～12:00
●東郷町体育館東100m たちや東郷店駐車場にて
●問合せ 090-9900-5540(スズキ)

名古屋東部最大級・モデルハウス30棟の住宅総合展示場!
親子で楽しめるイベント満載!!

〒470-0132 日進市梅森町西田15
事務局 ☎052(805)8422

開催時間: 10時～17時 定休日: 水曜日(祝日除く) ※お申し込みは当日までとなります。
住まいづくりの情報はもちろんキャラクターショーなどの
イベント情報も満載!! パソコン・携帯・スマートフォンからアクセス!
以降も週末には楽しいイベントが満載ぜひご来場下さい!!

音楽は一生の宝物♪ パパ・ママからお子さんへプレゼントしませんか? ～理想の音響空間で、楽しく正しく音楽レッスンはじめよう～

リブテックミュージックスクエアでは、
防音モデルルームを設置しています。
防音機能だけではなく、楽器本来の音
を引き出す「音響効果」を重視して
いるので確かな音感を育てていきます。



●健康導入コース(2年)をはじめませんか?
グループ活動でソルフェージュ力を育てます。
鍵盤だけにとらわれず、演奏するためのリト
ミック活動も行います。
まずは、この「健康導入コース」で音楽の
楽しさを体験させてあげませんか?

Livtech MUSIC SQUARE

リブテックミュージックスクエア 音楽教室
TEL 0120-41-3396 WEB www.MUSIC-SQ.com

〒470-0111 日進市米野木町福成60
米野木交差点角・駐車場10台完備

自然なお産と
母乳育児を応援する
寺島レディースクリニック
当院のお産は、少人数限定です。
あなたの力を活かすフリースタイル出産や母乳育児に
力を入れ、おっぱい相談もできます。
託児や各種教室も開催中。
TEL 0561-74-0311

http://blog.7works.blog.jp/
1才半からアート♪
造形あそび教室
宝物を運って
創造力が発達
tel:080-3067-0629
(ヒサキ)

にっしん子育てナビ ふあまっぶ
【発行】日進市福祉部児童課 日進市豊甲町池下268
TEL 0561-73-1049 FAX 0561-72-4554
【編集】NPO法人ファミリーステーションRin
× であんふあまっぶ
日進市岩崎町陸見63
TEL&FAX 0561-74-1080
S.S.R. Rin