

震災後の生活支援についての注意事項です。

皆さんの協力をお願いします！

・これから夜になるとき

阪神大震災で最後に最大に悲惨に襲った災害は、「治安悪化」による「人災」です。

大切な人を守ってください。

一人である人は、最寄りの知り合いと小さくても良いのでコミュニティを作りましょう。

・避難した女性の方。

絶対に一人で公衆トイレに行かないで。

便乗する性犯罪者がいます。

常に誰かと行動して、トイレも二人以上でいくようにしてください。

・赤ちゃんがいる方。

赤ちゃんの頭にタオルでも何でもいいので、クッションになるようなものを置いてください。

阪神大震災で、テレビが飛んできて死亡した乳児がいました。

彼の死を無駄にしないで。

・電話の使用は極力避けてください！

非常の為の119番や110番がかかりづらくなっています。

安否の確認は災害用伝言ダイヤル171番

またはツイッターなどのネットの利用をお願いします。

・地震が起こったら、必ず窓を開けてください。

そして、家にいる人は、水道が止まる前に、お風呂に水をためてください。

まだ、電気が通じる人は、ご飯を炊いてください。

阪神淡路大震災の経験から、皆さんに伝えます。

・停電をした地域は、必ずブレーカーを全て落としてください。

また避難する際も絶対にブレーカー落としてください。

送電時に火災になって家が燃えてしまいます。

停電から復旧した瞬間ショートして火災というケースも多いようですので、停電していても落としてください。

通電されたら小さなブレーカーをひとつづつ入れて下さい。

漏電ブレーカーが落ちるようでしたら、無理に入れず、電気事業者等に連絡をとって下さい。

- ・ガスの元栓をしめてください。

ガスが充満すると静電気だけで大爆発が起こります。

- ・断水の可能性がありますので、お風呂に水をためてください。

飲料水の確保もお忘れなく。

ネットが使えるうちに自分の住んでいる地区の避難場所を確認してください。

- ・足元数十センチの津波でも足をすくわれ一気に沖合まで流されます。

絶対に見物などには行かないようにしてください。

- ・車のトランクにタイヤ交換用のジャッキがついているはずです。

瓦礫の下敷きになっている人を救助する場合、かなり重要になってきますので、提供をお願いします。

- ・室内に居る時も、履物の確保をしてください。

ガラスの破片で足を怪我すると、命取りです。

・避難する時は、雑誌を頭に載せてタオルやシャツで包むだけでも簡易ヘルメットになります。

おなじように足に巻けば、履物になります。

皆さんの無事をお祈りいたします。

被災された方ご無事をお祈りしています。  
余震や火災などによる二次災害に気をつけてください。

友人知人、またご家族が心配されてるかもしれません。  
録音・再生してみてください。

<http://mizuguti.plathome.net/neo/neo.php?nn76v2z27xt>

★被災者の方

- ・伝言ダイヤル
- 「171」を押す
- ⇒録音は1を押す
- ⇒自宅の電話番号を押す
- ⇒伝言を録音する

★安否確認をされたい方

- ・伝言ダイヤル
- 「171」を押す
- ⇒再生は2を押す
- ⇒安否を確認したい方の電話番号を押す
- ⇒録音された伝言を再生する

現在、Google では安否確認のページが用意されています。  
<http://mizuguti.plathome.net/neo/neo.php?5t1jv2z27xt>

☆地震が起こったら

必ず窓を開けてください。  
建物が歪んでドアなどが開かなくなり  
閉じ込められる可能性があるんです！

そして、家にいる人は  
今、お風呂に水をためてください。

まだ、電気が通じる人は、ご飯を炊いてください。  
阪神淡路大震災の経験から、皆さんに伝えます。

X字の亀裂が入っているところは  
すぐに崩壊するから注意！

火事などの2次災害に注意！

ろうそくは使わないでほしいです  
火事を防ぐためにも！！

パニックになったら周りもパニックになるから  
しゃがんで「落ち着いて！」と叫ぶ。

ストッキング履いてる女性はできるだけ脱ぐ。  
火傷したら広がってしまいます！

ヒール履いてる人はヒールを折る！

あとナプキンがいい止血帯になるから覚えておいてください。

安否確認はダイヤル「171」

こうゆう状態の時は  
友達などに安易に電話したりを避けてください！  
救急ダイヤルが混乱してしまいます。

屋内の場合

●家の中

- ・テーブルの下にもぐる（無理なら座ぶとんなどで頭を守る）
- ・ガラス片が危険なため、素足で歩かない。
- ・火の始末はすみやかに。

●デパート・スーパー

- ・バッグなどで頭を保護。
- ・ショーウィンドウや売り場から離れ、壁際に。
- ・係員の指示に従う。

●ビル・オフィス

- ・机や作業台の下にもぐる。
- ・ロッカーなど大型備品の転倒、OA機器の落下に注意。

●集合住宅

- ・ドアや窓を開けて、避難口を確保。
- ・エレベーターは絶対使用しない。避難は階段で。

屋外の場合

●路上

- ・かばんなどで頭を保護し、空き地や公園などに避難。
- ・ガラスや看板などの落下に注意。
- ・建物、ブロック塀、自動販売機などには近寄らない。

●避難する場合

自宅のブレーカーは落とす。

2次災害（火災）を防ぐため。

以上必ず守って下さい。

阪神淡路大震災の教訓を活かしましょう！