

今こそチェック！我が家の「防災力」

ゲリラ豪雨をはじめ、地震や台風などの災害はいつ起こるか分かりません。家族への被害を最小限に抑え、また周囲に損害を与えることのないよう、今のうちに我が家の「防災力」をチェックしておきましょう。

地震

突然のグラッ！に備えて

① 家具の配置は安全？

寝室や子ども部屋に背の高い家具を置くのはNG。家具の下に板を敷いたり突っ張り棒を利用したりして固定します。非常用出口となる玄関にはできるだけ物を置かないように、常に整理整頓しておきましょう。



② 非常持ち出し品は準備万端？

非常時には水道・電気などのライフラインが止まり、物資の入手が困難になることも。いざという時に備えて、7日間耐えしのげるだけの物を準備しておきましょう。高齢や持病のある方は、いつも飲んでいる薬や「おくすり手帳」の準備も忘れずに。

③ 家族の「防災会議」を開こう

仕事や買い物、学校など、家族が別々の場所へ行っている間に被災・避難し、離ればなれになることも考えられます。万一の時、まずはどこに集合するのか、連絡手段はどうするか、避難ルートの確認などを家族で話し合っておきましょう。

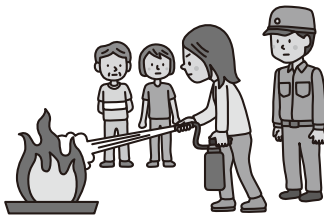


④ いざというとき頼りになるご近所さんは？

家で一人きりの時に被災することもあり得ます。普段からのあいさつや、地域の行事に参加するなどして、顔の見える関係を作っておくと良いですね。

⑤ 防災訓練に参加しよう！

応急処置訓練や脱出体験など、まさかの時に落ち着いた行動をとる予行演習の経験がいざというときに役立ちます。積極的に参加しましょう。



台風

これからがシーズンです！

① 雨漏り対策、してますか？

雨漏りは屋根からだけではなく、窓や出入り口から浸水するのを防ぐため、戸締まりは厳重に、すき間をビニールテープやタオル、雑巾などで塞ぎましょう。排水口が詰まって水が逆流したり、階下に漏水させたりしないための注意も必要です。

② バルコニーに物を置いていませんか？

バルコニーの物干し竿などが強風で飛ばされて、誰かにケガをさせてしまうことも。風雨が強くなる前に、部屋の中へ片付けるか飛ばされないようにしっかりと固定を。



非常持出品を確認しよう

防災リュックに、必要なものを全て詰め込んだら安心していませんか？ 試しに持ち上げてみてください。かなり重く、なかには持ち上がらない！という方も。中身を定期的にチェックし、置き場所も確認しておきましょう。

持出品リスト

- | | |
|--|-------------------------------------|
| ☐ 現金(要小銭)・通帳・印鑑 | ☐ ナイフ・缶切・栓抜き |
| ☐ 保険証・身分証明書などの写し | ☐ 救急セット |
| ☐ 連絡先を書いたもの | ☐ 厚手の靴下・軍手・ |
| ☐ ラジオ・電池 | 長袖のシャツ・タオル |
| ☐ 懐中電灯 | ☐ (防塵) マスク |
| ☐ ライター・マッチ・ろうそく | ☐ ウェットティッシュ |
| ☐ 防災ずきん(または帽子)・ヘルメット | ☐ 紙コップ・紙皿・箸 |
| ☐ 水(500mlのペットボトルが便利)・食品(レトルト食品など) | ☐ ビニール袋・ラップ |
| | ☐ 生理用品 |

ご家庭によっては必要なもの

- | |
|---|
| ☐ 食べやすい食糧など |
| ☐ 粉ミルク・ほ乳瓶 |
| ☐ 常備薬・病院でもらう処方箋の写し |
| ☐ 入れ歯・補聴器 |
| ☐ 予備の眼鏡 |
| ☐ ホイッスルなどの笛 |
| ☐ おむつ |
| ☐ 障害者手帳 |
| ☐ 障害者医療費受給者証 |

備蓄品

- | |
|---|
| ☐ 救急箱 |
| ☐ 水(1人1日3ℓが目安) |
| ☐ 食糧(乾パン・α米・缶詰・レトルト食品など) |
| ※食糧は人数×7日分を目安に備蓄 |
| ☐ 鍋・携帯コンロ |
| ☐ 衣類・寝袋・毛布 |
| ☐ 雨具 |
| ☐ 予備の電池 |
| ☐ 筆記用具 |



救援物資の中にまったく食べられるものがない、ということも考えられます。アレルギーの方は、食べられるものを多めに準備しておきましょう。また、1回準備したら終わりではなく、半年～1年に一度は中身の見直しを。食糧の賞味期限や洋服のサイズをチェック！

最近注目の！
**ローリング
ストック**

非常食を大量に備えるより普段の買い物で少し多めに食材を買っておき、使った分だけ買い足すストック法です。

高齢者等の方が ご利用できる 相談窓口

【問合せ先】最寄りの住まいセンターにお問合せください。

UR都市機構では、安心して暮らしていただくために、下記窓口を設置しています。

住まいセンター等「高齢者等相談員」「生活支援アドバイザー」

住まいセンター等に「高齢者等相談員」を配置し、下記相談等を受け付ける他、一部団地では、定期的に団地を巡回し、相談等を受け付ける「高齢者等巡回相談業務」を実施しています。また、一部団地管理サービス事務所に同様の案内や相談を受け付ける「生活支援アドバイザー」を配置しています。

主な 相談内容

- ・UR賃貸住宅の高齢者等世帯を支援する制度の案内・相談
- ・公営住宅窓口の案内
- ・行政の福祉窓口の案内(生活保護・生活困窮者支援相談窓口を含む)
- ・見守りサービスや生活関連情報の提供

知っていますか？ 見守りサービス

住宅内に設置する安否センサーから安否通報を受信したときに、お客様に電話確認し、必要に応じて緊急連絡先に電話連絡を行うサービスです。

料金 月額900円(税抜)

※初期費用・電池交換代が別途必要です。
※詳細は、最寄りの住まいセンターまでお問合せください。

◎お住まいの団地を管轄する住まいセンター等の情報はこちらからご確認いただけます。

URお問合せ先一覧

検索

