

縁(ゆかり)通信

(女性とシニアに役立つ情報をお伝えします)

1月1日 お正月の家族の団らんを襲った災害、心が痛みます。

今回は号外として「災害」の備えについて考えてみたいと思います。

災害が起きる前にできること5つ

首相官邸のホームページ「災害が起きる前にできること」より抜粋しています

① 家具の置き方、工夫していますか？

大地震が発生した時には「**家具は必ず倒れるもの**」と考えて、転倒防止対策をしておきましょう

- ・家具が転倒しないよう、壁に固定する
- ・寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かない
- ・手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備える

② 食料・飲料などの備蓄、十分ですか？

普段から飲料水や保存のきく飲料などを備蓄しておきましょう

防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食料等を備えるようにしましょう

- ・飲料水 3日分 ・非常食3日分 などを**人数分用意**しましょう

③ 非常用の持ち出しバッグの準備、できていますか？

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。

非常時に持ち出すべきものを**あらかじめリュックサックに詰めて**おき、いつでも**すぐに持ち出せるよう**にしておきましょう。

※<https://www.kantei.go.jp/jp/content/000111250.pdf>

↑ 災害の「備え」チェックリストのダウンロードページ

(郵送の方へは同封しています)

④ご家族同士の安否確認方法、決まっていますか？

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日ごろから**安否確認の方法や集合場所**などを、**事前に話し合っておき**ましょう。災害時には、携帯電話の回線がつながりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。その際には以下のサービスを利用しましょう。

- ・災害用伝言ダイヤル⇒局番なしの「171」伝言を再生できます
- ・災害用伝言版⇒インターネットサービスを利用して家族などが閲覧できます

⑤避難場所や避難経路、確認していますか？

いざ災害が起きた時にあわてずに避難するためにも、自治体のホームページや国土交通省ハザードマップポータルサイトなどから**防災マップやハザードマップ**を入手し、**避難場所、避難経路を事前に確認**しておきましょう。

※<https://disaportal.gsi.go.jp/>

↑ハザードマップポータルサイト

- ・豪雨、津波、火山噴火など、災害の種類によって安全な避難場所が異なります。

詳しくは首相官邸ホームページをご確認ください

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html>

石川県から「**能登方面への移動は控えて！個人からの義援物資は受け付けていません**」と呼び掛けています。私たちに出来る事はボランティア活動だけでなく、少額でも義援金やふるさと納税などの寄附もあります。

次号は、いつもの縁通信をお届けしますので、どうぞお楽しみに♪

【編集後記】

お正月は飲んでダラダラしている私も、今年は気持ちが落ち込みました。でも、実はそんな時こそ大変な方の無事を祈り普段通りの生活が大切なようです、どうか一日も早く復旧することを祈っています。

発行 行政書士 塩崎由花里事務所

所在地 〒003-0029 北海道札幌市白石区平和通2丁目北1番9号

電話番号 090-8279-6075 / 011-595-8178 FAX 番号 011-595-8179

お問合せメールアドレス info@shiozakiyuari.com HP <https://shiozakiyukari.com/>

遺言書の書き方が知りたい・相続の手続きは誰に頼めば良いのか分からない

忙しくて時間がない！ そんな女性とシニアの悩みを解決します！