

別冊



災害にそなえて…

令和3年4月 初版



大阪東支部

はじめに

平成7年1月の「阪神・淡路大震災」や平成23年3月の「東日本大震災」同年9月の紀伊半島を襲った台風12号の風水害、また最近各地で多発している地震や、この夏の「平成30年7月豪雨」を目の当たりにし、「安心して安全な暮らしを続けられる」ことの大切さ・ありがたさを改めて考えさせられました。

自然災害、特に地震は何の前触れもなく、一瞬にして私たちの運命や生活環境を変えてしまいます。

近い将来、東海・東南海・南海地震や、これらが連動した南海トラフにおける巨大地震が発生するといわれています。

これまでの震災などから得た防災・減災についての教訓を生かし、災害が発生した場合に「自分の命は自分で守る」「自分の家は自分で守る」という心構えをもって、公的機関がかけつけるまでの間、住民同士で助け合い、救出・救護・初期消火することが被害を最小限にするためには、たいへん重要です。

自然災害をくい止めることはできませんが、災害に対する日頃の備えや訓練等を積み重ねていくことで被害を最小限にとどめることができます。

私たち電友会大阪東支部は、会員のみなさんが「予期せぬ自然災害に遭遇」しても、危機を乗り切り被害を最小限にとどめるお手伝いが出来ればと思い、地震時を想定して「防災(災害にそなえて・・・)」を作りました。

お役に立てば幸いです。

第Ⅰ章

事前対策

「無事を伝える」「命・安全の確保」「安全行動」「緊急持ち出し」の計画をあらかじめ作成・準備！！

1. 無事を伝えるP. 1
 - ①安否確認
 - ②緊急避難場所
 - ③防災カード
2. 命・安全の確保P. 4

第Ⅱ章

防災備品

「あれ忘れてた・準備しといたらよかった」ではもう遅い！！

◆各家庭で必要な非常持ち出し品や備蓄品をチェック
しましょう！！

.....P. 6

第Ⅲ章

災害が発生したら

「地震は揺れても30秒」そのあいだ身を守り冷静に！！

◆災害発生時の外出中の心構え

.....P. 8

第Ⅳ章

その他

1. 収容避難場所
2. 公共機関の災害時連絡先
3. AEDの設置場所
4. ガスマイコンメータの復旧方法

.....P. 10

★注

各地域の役所により体制が多少異なるが、緊急避難場所への対象人数は、中層・高層のマンションに自治会がある場合は避難対象人数に入っていない場合が多々あり、支援物資の配給が受けられないことがあるので注意・確認する事。

暴風雨災害



【非常持ち出し品以外の準備】

- ハザードマップで「危険な場所」を確認しておく
- 停電と同時に水道も止まるので、風呂場に水を溜める習慣

□建物自治会で防災備蓄品の日頃からの確認チェック

【非常備蓄品】で窓ガラスへ措置

- 家族人数の1週間分程度自足できるよう備える

【食料品】(ローリングストック法で備蓄)

- 飲料水 □レトルト食品 □アルファ化米 □缶詰 □インスタントラーメン □カップみそ汁

【生活用品】

- カセットコンロ □ウエットティッシュ □紙皿・紙コップ・割りばし □簡易トイレ □ランタン

共通の非常持ち出し品

【非常持ち出し品以外の準備】

- ハザードマップで「危険な場所」を確認し

- 家周りの排水溝は普段から掃除しておく

【建物内での準備】

- 暴風雨による飛来物対応で窓ガラスへの措置

【非常備蓄品】

- 家族人数の1週間分程度自足できるよう備える

【食料品】

- 飲料水 □レトルト食品 □アルファ化米 □缶詰 □インスタントラーメン □カップみそ汁

【生活用品】

- 給水用ポリタンク □カセットコンロ □ウエットティッシュ □紙皿・紙コップ・割りばし □簡易トイレ □ランタン □長靴



地震災害



【非常持ち出し品以外の準備】

- 建物の倒壊時の対処法を日頃から

予測する

- 停電と同時に水道も止まるので、風呂場に水を溜める習慣を覚えておく

【非常備蓄品】

- 1週間分程度自足できるよう備える

【食料品】(ローリングストック法で常に備蓄)

- 飲料水 □レトルト食品 □アルファ化米 □缶詰 □インスタントラーメン □カップみそ汁

高層 中層マンション等

【非常持ち出し品以外の準備】

- 避難の集合場所を普段から家族で確認しておく
- 家屋の倒壊を想定して避難通路の確認

【非常備蓄品】

- 救援物資が届くまでの1週間分程度自足できるよう備える

- 【食料品】 □飲料水 □レトルト食品 □アルファ化米 □缶詰 □インスタントラーメン □カップみそ汁

【生活用品】

- 給水用ポリタンク □カセットコンロ □ウエットティッシュ □ラップ □紙皿・紙コップ・割りばし □簡易トイレ □タオル □歯ブラシ □水なしシャンプー □ポリ袋 □ロープ □ランタン □長靴

小規模住宅 ・ 一戸建て

共通の非常持ち出し品

※太字は外せない必需品

★備蓄は、使用したら買い足すというローリングストック法で常に備蓄を心掛ける

【非常食料品】

- 飲料水
- 最低3日分の食料

【生活用品】

- 発電式ラジオ付 懐中電灯
- 充電器
- 笛
- 軍手・手袋
- レジャーシート
- ブランケット(防寒)
- 簡易トイレ
- タオル
- ポリ袋
- 歯ぶらし
- 水なしシャンプー
- トイレトーパー

- ウェットティッシュ
- 生理用品

(最低限の化粧品がストレス防止となる)

- おむつ
- 予備メガネ
- ガムテープ・ナイロンロープ (万能で使える)
- 筆記用具

【救急用品】

- 毛抜き
- 消毒薬
- ガーゼ
- ばんそうこう
- 包帯
- マスク
- 常備薬

【貴重品類】

- 現金 (公衆電話用小銭)
- 車や家の予備鍵
- 健康保険証(写)
- 運転免許証(写)
- 母子健康手帳

いつ発生するかわからない災害時に、「自分の身は自分守っていただけるよう」にマトリックスによるチェック表を作成しました。ご活用ください。

大地震が起きたらこんな事が・・・



家屋倒壊

- 【地震1時間後】
- JR・私鉄・地下鉄全線運転見合わせ
 - ビル倒壊複数



停電発生

- 【地震2時間後】
- 人は逃げまどい群衆雪崩が発生する



ビル倒壊

- 【地震1時間後】
- 火災が発生する1件の初期消火が延焼を少なく出来る
 - 「広域避難場所」に向かう



群衆雪崩

- 【地震3時間後】
- 火災が広がり「延焼火災」が発生する



火災発生

- 【地震直後】
- 木造家屋の倒壊



火災発生

- 【地震2時間後】
- 地域で停電が発生する
 - 液状化や地割れが発生



火災旋風発生

【地震3時間後】
□火災が広がり「延焼火災」が発生する



各地で土砂崩れ



避難所集中

【地震5時間後】
□公衆電話は「災害時優先電話」となり、繋がりが
やすく無料となる場合もある
□広域通信がダウンする
□避難困難者が増大
□物資不足の声も出始める
□食料不足が課題



川岸崩壊

【堤防決壊の恐れが出る】
□堤防決壊は地域への被害が甚大となる。



火災旋風等で焼け野原に

【地震8時間後】
□「火災旋風」等で一帯は焼け野原に

③防災カード

家族の決まりごとなど家族共有の防災カードを作り、常に身に着けることで、災害時にパニックに陥った時などに役立ちます。

緊急連絡カード

住所	----- TEL		
氏名	----- (男・女)		
生年月日	年 月 日	血液型:	RH +-
保護者	氏名	-----	
	連絡先	----- TEL	
勤務先 (学校名)	----- TEL		

避難所	一時避難場所	-----
	災害時避難所	-----
	広域避難場所	-----
家族が 離ればなれに なったとき	集まる場所	-----
	連絡先	----- TEL
持病・アレルギー等	-----	
医療機関等連絡先	-----	
健康保険証番号	-----	

きんきゅうれんらくカード

じゅうしょ	----- でんわ		
なまえ	----- (おとこ・おんな)		
たんじょうび	ねん かつ にち	けつえきがた:	RH +-
ほごしゃ	なまえ	-----	
	れんらくさき	----- でんわ	
かいしゃ がっこう	----- でんわ		

ひなんする ばしよ	いちじひなんばしよ	-----
	さいがいじひなんばしよ	-----
	こういきひなんばしよ	-----
かぞくが はなればなれに なったとき	あつまるばしよ	-----
	れんらくばしよ	----- でんわ
じびょう・ あれるぎーなど	-----	
かかりつけのびょういん	-----	
けんこうほけんしよばんごう	-----	

非常時などの連絡先 (必要な連絡先を調べて記入しておきましょう)

区役所	-----	電話の故障	-----
消防署	-----	かかりつけの病院	-----
保健センター	-----		-----
警察署	-----		-----
ガス漏れ (大阪ガス)	-----		-----
電気 (関西電力)	-----		-----
断水 (水道局)	-----		-----

3つの「密」を避け ましょう!

①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。



ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～8つのポイント～

(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変) 令和2年3月1日版

部屋を分けましょう

- ◆ **個室にしましょう。食事や寝るときも別室としてください。**
 - ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお薦めします。
 - ・寝るときは頭の位置を互い遠いようにしましょう。
- ◆ **ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。**
トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

マスクをつけましょう

- ◆ **使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。**
- ◆ **マスクの表面には触れないようにしてください。マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。**
- ◆ **マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。**
(アルコール手指消毒剤でも可)

※マスクが濡れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。

※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

- ◆ **こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。**

換気をしましょう

- ◆ 定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ 共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。
 - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
 - ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください（目安となる濃度は0.05%です（製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25mlです。））。
- ◆ トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
 - ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
 - ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
- ◆ 洗浄前のものを共用しないようにしてください。
 - ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

汚れたりネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆ 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。
 - ・糞便からウイルスが検出されることがあります。

ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。

- ご本人は外出を避けて下さい。
- ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために



感染拡大を防ぐために

国内では、散発的に小規模に複数の患者が発生している例がみられます。この段階では、濃厚接触者を中心に感染経路を追跡調査することにより感染拡大を防ぎます。

今重要なのは、今後の国内での感染の拡大を最小限に抑えるため、

小規模な患者の集団（クラスター）が次の集団を生み出すことの防止です。

<感染経路の特徴>

※「小規模患者クラスター」とは
感染経路が追えている数人から数十人程度の患者の集団のことです。

- これまでに国内で感染が明らかになった方のうちの8割の方は、他の人に感染させていません。
- 一方、スポーツジム、屋形船、ピュッフェスタイルの会食、雀荘、スキーのゲストハウス、密閉された仮設テントなどでは、一人の感染者が複数に感染させた事例が報告されています。

このように、集団感染の共通点は、特に、

「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」です。

国民の皆さまへのお願い

- ◇ **換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。**
- ◇ イベントを開催する方々は、風通しの悪い空間や、人が至近距離で会話する環境は、感染リスクが高いことから、その規模の大小にかかわらず、その開催の必要性について検討するとともに、開催する場合には、**風通しの悪い空間をなるべく作らない**など、イベントの実施方法を工夫してください。

これらの知見は、今後の疫学情報や研究により変わる可能性があります。現時点で最善と考えられる注意事項をまとめたものです。

厚生労働省では、クラスターが発生した自治体と連携して、クラスター発生の早期探知、専門家チームの派遣、データの収集分析と対応策の検討などを行っていくため、国内の感染症の専門家で構成される「クラスター対策班」を設置し、各地の支援に取り組んでいます。

新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」

労働厚生省HPより抜粋

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

○5月4日、新型コロナウイルス感染症専門家会議からの提言を踏まえ、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」を具体的にイメージいただけるよう、今後、日常生活の中で取り入れていただきたい実践例をお示しいたします。

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 □咳エチケットの徹底 □こまめに換気
- 身体的距離の確保 □「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



外出控え

密集回避

密接回避

密閉回避

換気

咳エチケット

手洗い

(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避(密集、密接、密閉)
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定

○5月1日の提言では、感染の状況は地域において異なっているため、

1. 感染の状況が厳しい地域では、新規感染者数が一定水準まで低減するまでは、医療崩壊を防ぎ、市民の生命を守るため、引き続き、基本的には、「徹底した行動変容の要請」が必要となる。
2. 一方で、新規感染者数が限定的となり、対策の強度を一定程度緩められるようになった地域(以下「新規感染者数が限定的となった地域」という。)であっても、再度感染が拡大する可能性があり、長丁場に備え、感染拡大を予防する新しい生活様式に移行していく必要がある。
と指摘がありました。

◆災害にそなえて(平成30年7月版<改>)のマニュアルについて

いつでも見て頂けるように、他の場所でも見て頂けるようにしました。

原本はパワーポイントシステムで作成し、事務局に保管してあります。

原本が必要な方が有りましたら、事務局までお問い合わせ下さい。

災害関連情報NO. 1号で送付した資料は、PDF版にしてあり、資料の容量的には、最も軽くしてあります。

大阪東支部ホームページでも見て頂けるようにしました。

■支部ホームページを開けて下さい。

●電友会大阪東支部ホームページ

<http://denyu-osaka-higashi.jp/>

HPのメイン画面が出たら・・・

下部分の真ん中のスクロールしている画面4秒ごとにスクロールしますが、「災害にそなえて」の画面が出てきます。

画面が出て来てクリックしたら、「災害にそなえて」の画面にスキップします。

画面が出てきたら、右はし側にカーソルを合わせてマニュアルのページをめくる動作をして下さい。 ページが、めくれる様に設定してあります。

■別の方法でも見れるように設定してあります。

(1) 同じく支部ホームページを開けて下さい。

(2) HPのメイン画面が出たら・・・

(3) 上半分の画面は左右にバーの移動により、各データを見れる様になっている。

(4) メイン画面の右上のはしを見て下さい。

(5) 「災害にそなえて・・・」が出てきますので、クリックして下さい。

画面が出てきたら、右はし側にカーソルを合わせてマニュアルのページをめくる動作をして下さい。

(6) ページが、めくれる様に設定してあります。

◆その他の防災関連情報について

1. 資料の場所は、支部ホームページの上半分の右はしに貼りつけて有ります。

2. 地震どうする・・・

CD-ROMを貼りつけてあり、動画で見頂けます。

地震に備えて 家庭防災編 (消防庁)

いろいろの情報をつかんで頂くためのツールを連絡させていただきます。

◆わが町ハザードマップ

<https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/>

- ・ネットでつなぐと日本地図が出てきます。
- ・大阪をクリックして下さい。
- ・各地域行政毎に地図も出ますのでご活用下さい。

◆おおさか防災ネット

<http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html>

◆重ねるハザードマップ

<https://disaportal.gsi.go.jp/maps/?ll=34.611411,135.524159&z=14&base=pale&vs=c1j0l0u0>

情報2号で送付したハザードマップを見るアドレスです。

一度は見て動かしていただきましたか？

そして、出来たらPCの「お気に入り」に入れていつでも見れる様に
いただいていますでしょうか???

今回は、大阪東地域に影響が出ない事を祈っておりますが・・・

■NHKの公式アプリ「NHKニュース・防災アプリ」

を是非ともPC及びお持ちの携帯に配備して、万が一の時に情報収集
をして欲しいと思い連絡させていただきました。

(携帯へのアプリはもちろん「無料」アプリです。)

◆NHKニュース・防災アプリ

https://www3.nhk.or.jp/news/news_bousai_app/index.html

最新ニュースや災害情報をいち早くお届けする公式アプリです。

「地震履歴」のツールのお知らせです。

◆地震履歴livedoor・天気情報

<http://weather.livedoor.com/lite/earthquake/>

添付の資料は・・・

去年発生した大阪北部地震が発生してから以降毎日の資料です。

添付資料は、去年の大阪北部地震以降の全国で、「震度4」以上の地震を列記しています。これから以降も、「震度4」以上の地震が全国で発生したら、その都度防災関連として情報共有させていただきます。

◆重ねるハザードマップ

<https://disaportal.gsi.go.jp/maps/?ll=34.611411,135.524159&z=14&base=pale&vs=c1j0l0u0>

国土地理院が監修している全国のハザードマップです。

昨年中国・四国地方の「7月豪雨」時の被害となった地域が、このハザードマップがあまりにも正確だったので有名になりました。

【ハザードマップ使用方法】

上記のハザードマップアドレスにカーソルを合わせてクリックして下さい。

つながったら、初期画面は日本地図が出てきます。

みなさんのお住まいの地域を拡大して行ってみなさんの家を確認して下さい。

画面左上に

・災害種別で選択する様になっています。

洪水

土砂災害

津波

道路防災情報

各ボタンをクリックしたらハザードマップが色づけされて表示されます。

つきましては・・・

◆これから以降、送付・添付させていただきます資料をPCに新フォルダ を作成し、保存版にして頂けると嬉しいです。

■今回は、前回紹介しました「ランタン」以外に「簡易ランタン」の作成方法を紹介させていただきます。

◆資料に添付しました「簡易ランタン」です。

・みなさんお忙しくてランタンを買いに行けない・・・

それなら家にも有るもので、ランタンの代わりになるものを紹介します。

台風15号で千葉ではまだ停電の所があり、テレビのニュースでは食事の用意等も出来ない様子が映りますが添付資料の方法はどうでしょうか？

・あまりの明るさに思わずニッコリするのは私だけでしょうか？

◆「つまらん！！」と思われずに家の中の電気を消して、一度試して頂きたいなあ・・・と思っています。

・懐中電灯も一つか二つは有っても暗くなってから食事するにしても

狭い一定方向しか照らせないので食事出来ないとか・・・

・台所での食事の用意も出来ない

テレビのニュースを見ている、みなさん口々に言っておられます。

それ以外に・・・前回にもお話させていただきましたが、

◆今回、台風通過が夜中だったため、暴風雨の為に窓ガラスが割れて、慌てて窓ガラスの対応をしようと動き出したら停電でもあり、割れたガラスで足を怪我したと言うニュースもたくさんありました。千葉の場合は最初の段階で窓ガラスの割れた破片で怪我したと言うニュースが30人ほどって流れていました。

是非ともかかとのある履物「最低運動靴」くらいは寝ている場所のすぐそばに置いておかれることをおすすめします。

普通のかかとの有る「運動靴」なら量販店で定価300円であります。

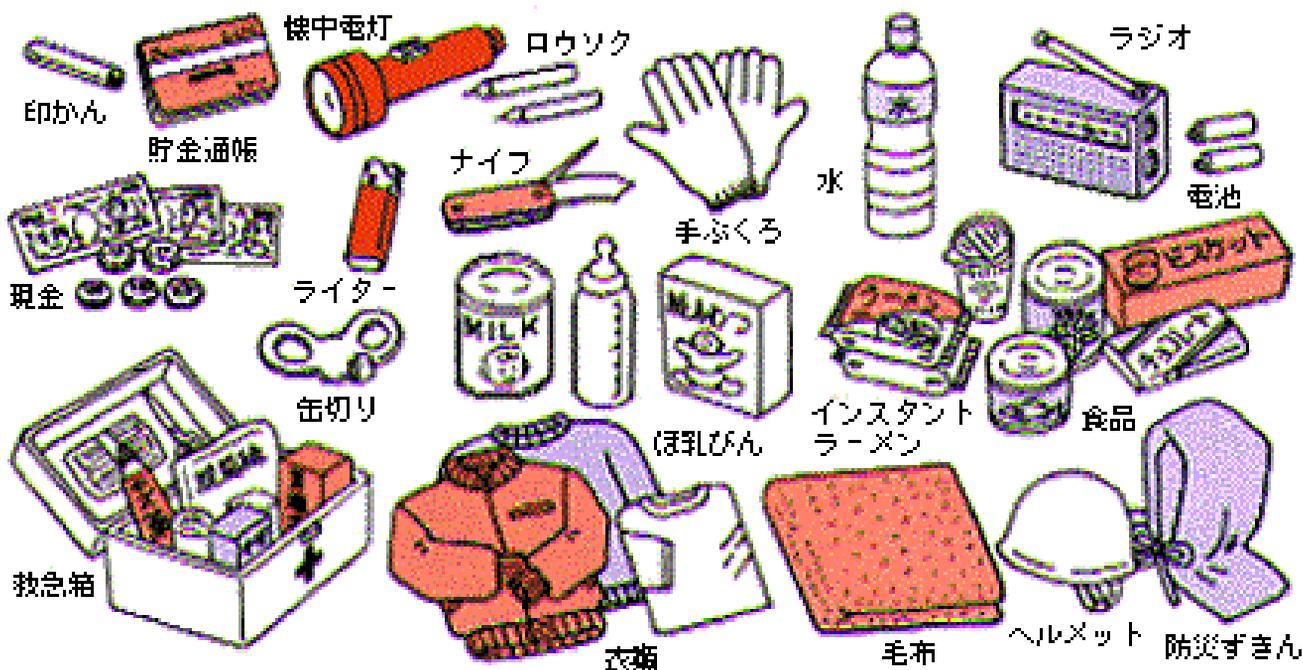
防災グッズの紹介

(消防庁のお進め)

非常持ち出し袋には、最低これだけは必要です。

印かん、現金、救急箱、貯金通帳、懐中電灯、ライター、缶切り、ロウソク、ナイフ、衣類、手袋、ほ乳びん、インスタントラーメン、毛布、ラジオ、食品、ヘルメット、防災ずきん、電池、水

地震などの災害に備えて



『日本手ぬぐい』活用法(防災編)

今回は、防災の観点から見た手ぬぐいの使い方をご紹介します

(薄くてかさばらず、濡れてもすぐに乾く優れものなので、常に持っておきたいですね。)

「マスク代わり」

火災が起きたとき、煙や灰を吸わないように口元を覆うようにして後頭部で結べばマスクになります。

「包帯代わり」

生地が手で裂きやすいので、ケガによる応急処置にも、包帯として止血できます。また、低刺激で肌あたりがやわらかく、かぶれにくい綿素材なので安心です。

「暑さ対策に」

水に浸して首に巻くと、気化熱による冷却作用で熱を下げられます。

「寒さ対策に」

綿は風を通しにくいので、そのまま首に巻くだけでも寒さをしのげます。カイロを包んで巻けば、さらに温まります。

「赤ちゃんの布オムツ」

紙オムツが一般的でないころは、手ぬぐいが使われていました。通気性がよくムレにくいので快適なことに加え、洗ってすぐに乾くので衛生的です。

新年会・総会等の景品に使用するグッズ

災害発生時に持ち出す災害グッズ

外出時の携帯防災グッズ



(装備品内容)⇒30品目

(装備品内容)⇒6品目

- | | |
|-------------|-----------------|
| 1.リックサック | 16.スプーン・フォークセット |
| 2.緊急用ホイッスル | 17. 2WAY懐中電灯 |
| 3.2WAYドライバー | 18.ラバー手袋 |
| 4.ミニカッターナイフ | 19.お薬ケース |
| 5.圧縮袋 | 20.布テープ |
| 6.予備袋(小銭入れ) | 21.レインポンチョ |
| 7.筆記用具セット | 22.EVAサンダル |
| 8.歯ブラシ3本 | 23.アルミシート |
| 9.綿棒20本 | 24.アルミブラケット |
| 10.マスク3枚 | 25.エア枕 |
| 11.携帯トイレ3個 | 26.非常用給水バック |
| 12.ポリ袋45L3枚 | 27.ラップ |
| 13.紙皿3枚 | 28.アルミホイル |
| 14.プラカップ5P | 29.ポディタオル |
| 15.割りばし5膳 | 30.ティシュ |

- ①七つ道具入れポシェット
- ②傷テープ
- ③緊急用ホイッスル
- ④LEDライト
- ⑤アルコール消毒綿
- ⑥マスク

価格(消費税込み1セット)

価格(消費税込み1セット)

¥4,298

¥648

防災バックのいろいろ



価格(消費税込み1セット)

¥4,298

(装備品内容)⇒30品目

- 1.リックサック
- 2.緊急用ホイッスル
- 3.2WAYドライバー
- 4.ミニカッターナイフ
- 5.圧縮袋
- 6.予備袋(小銭入れ)
- 7.筆記用具セット
- 8.歯ブラシ3本
- 9.綿棒20本
- 10.マスク3枚
- 11.携帯トイレ3個
- 12.ポリ袋45L3枚
- 13.紙皿3枚
- 14.プラカップ5P
- 15.割りばし5膳

(装備品内容)⇒30品目

- 16.スプーン・フォークセット
- 17.2WAY懐中電灯
- 18.ラバー手袋
- 19.お薬ケース
- 20.布テープ
- 21.レインポンチョ
- 22.EVAサンダル
- 23.アルミシート
- 24.アルミブラケット
- 25.エア枕
- 26.非常用給水バック
- 27.ラップ
- 28.アルミホイール
- 29.ボディタオル
- 30.ティッシュ

外出中に携行したい防災グッズ



(携行するもの)

- ①七つ道具入れポシェット
- ②傷テープ
- ③緊急用ホィッスル
- ④LEDライト
- ⑤アルコール消毒綿
- ⑥マスク
- ⑦アイマスク・耳栓

★「災害にそなえて・・・」マニュアルを支部で作成しました。
ご希望の会員様はデータ送付させていただきますので事務局アドレス
までお申込み下さい。 大阪東支部事務局 06-6775-0560

[メールdenyu7@vesta.ocn.ne.jp](mailto:denyu7@vesta.ocn.ne.jp)

災害発生時に持ち出す災害グッズ



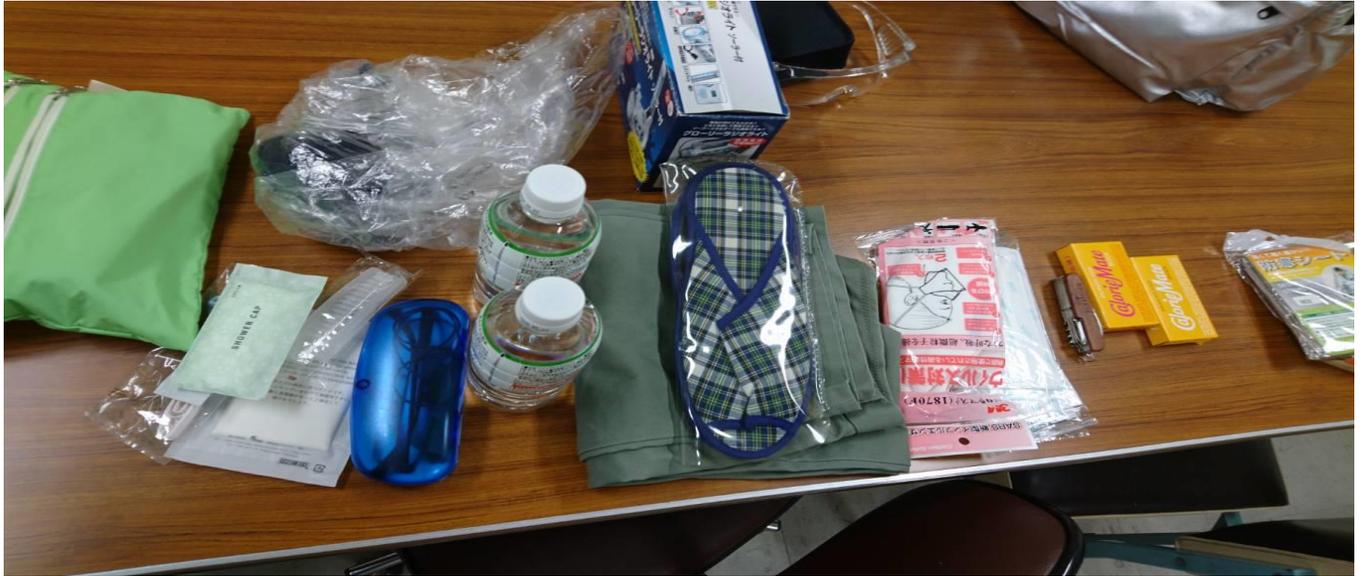
(携行するもの)

- ①ベスト(ポケットの多い物)
- ②ヘルメット(ライト付き)
- ③防塵マスク
- ④安全スリッパ
- ⑤携行品入れカバン
- ⑥

★「災害にそなえて・・・」マニュアルを支部で作成しました。
ご希望の会員様はデータ送付させていただきますので事務局アドレス
までお申込み下さい。 大阪東支部事務局 06-6775-0560

[メールdenyu7@vesta.ocn.ne.jp](mailto:denyu7@vesta.ocn.ne.jp)

避難所等で必要な災害グッズ①



(携行するもの)⇒非常用バック

- ①ラジオ付きLEDライト
- ②マスク
- ③水(数本)
- ④靴下
- ⑤タオル
- ⑥目薬
- ⑦洗面関係
- ⑧食料品

★「災害にそなえて・・・」マニュアルを支部で作成しました。
ご希望の会員様はデータ送付させていただきますので事務局アドレス
までお申込み下さい。 大阪東支部事務局 06-6775-0560

[メールdenyu7@vesta.ocn.ne.jp](mailto:denyu7@vesta.ocn.ne.jp)

スマホ防水ケース

豪雨や水の中で「明か取りになる」「連絡可能」「明りで自分の位置を知らせる」



空いたペットボトルに水を入れる



懐中電灯の上に
ペットボトルを置く

既製品LED使用の「ランタン」

定価 650円

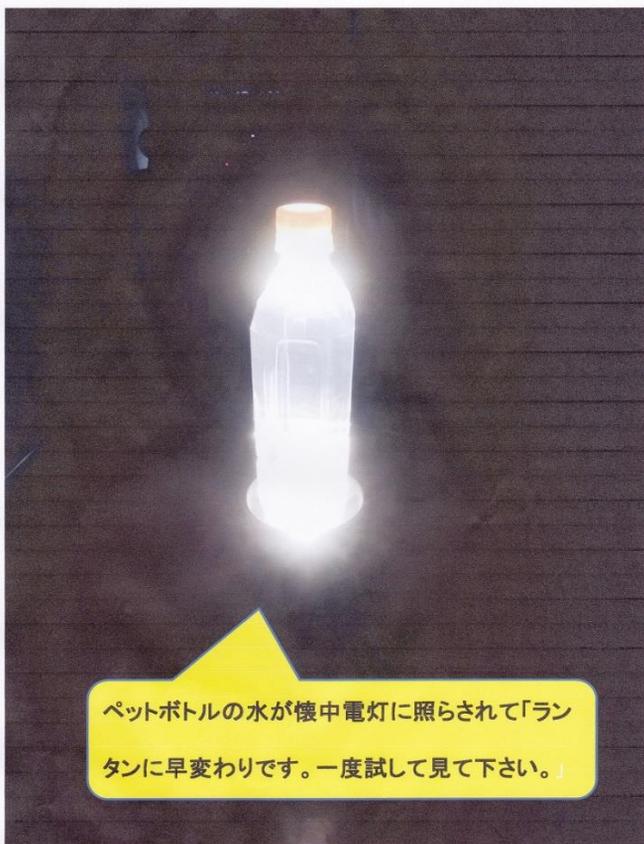


通常の懐中電灯

単一乾電池×4本 使用



ペットボトルに水を入れる



ペットボトルの水が懐中電灯に照らされて「ランタンに早変わりです。一度試して見て下さい。」



最近のLEDランタンです。セカンドバックにでも入る極小の大きさです。中身は単三乾電池×2個使用

通常の懐中電灯の大きさです。中身は単一乾電池×4個使用

ランタンは通常、量販店で650円程度

既製品LED使用の「ランタン」

定価 650円

通常の懐中電灯

単一乾電池×4本 使用

ペットボトルに水をに入れる

空いたペットボト
ルに水を入れる

懐中電灯の上に
ペットボトルを置く

小型発電機



13000
円



25000
円



35000
円

DC→A コン バーター



1000W
通用: DC12V-AC100V~120V

1800
円



4254
円



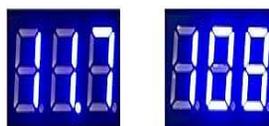
6998
円



15899
円



21380
円



35800
円



38000
円

■今回は、防災グッズの紹介です。

常備しては？とはみなさんの家の立地状況によって異なりますが、こんな防災グッズもあります。

◆千葉の台風15号による「長期停電」のニュースを見ていてまだみなさんにお伝えしていない情報があったので連絡させていただきます。

資料を添付しましたが・・・

◆小型発電機

①小型発電機ってそんなに高く無いものだという情報

②NTTでも現場に使用しているのは25000円の発電機です。

・ガソリンタンクが小さいので、連続運転5時間くらいですが、通常の家庭電気と同じく100Vが出力します。

別に、ガソリン携行缶が2000円位なので手ごろです。

・アウトドアで、ご自宅中庭で食事をされたりする方には、必需品なのでご存知と思いますが・・・

③今回の千葉の停電の様子・・・

みなさんで美味しいものを食べようと冷蔵庫を満タンにしたのに、停電になったのですべて「廃棄した！！」ってニュースで言ってましたが、発電機を回して「冷蔵庫」の中身は問題なしと言うのもカッコいいと思いませんか？

同時に当然、照明もつける事ができるし・・・

◆DC→ACコンバータ

自家用車のシガレット口から100Vを取り出すものです。

これもアウトドアされていた方ならよく使用される品物です
添付資料に品物の値段しか書いて無いのは、この程度の金額であると言う目安です。

急に停電になって、とりあえず電気をつけてと言う場合は、1800円位のもので十分です。

冷蔵後の電源確保なら4254円のもので十分です。

私の町内会では、老人会でカラオケしたり、子供会の行事で、外で夜店を出して・・・そんな時に使用しているのは、35800円・35000円の品物で十分役に立っています。

電源確保の方法としてのグッズ紹介でした。

価格比較サイトの最安値より、さらに安い！

競合他社より徹底対抗してお安くさせていただきます。

とことん

カセットボンベが安い！
カセットコンロも安い！

大阪府内
送料無料

飲食店向け

カセットボンベ
【コン郎】

3本セット

218.5円(税抜)

240円(税込)



3,496円(税抜)

1ケース(16セット)

3,846円(税込)

卓上カセットコンロ
【コン郎 こんろ】

【TC-30MH】

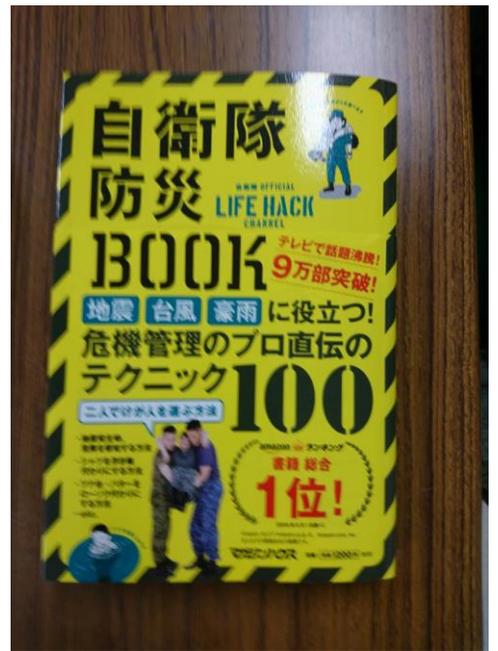
2,223円(税抜)

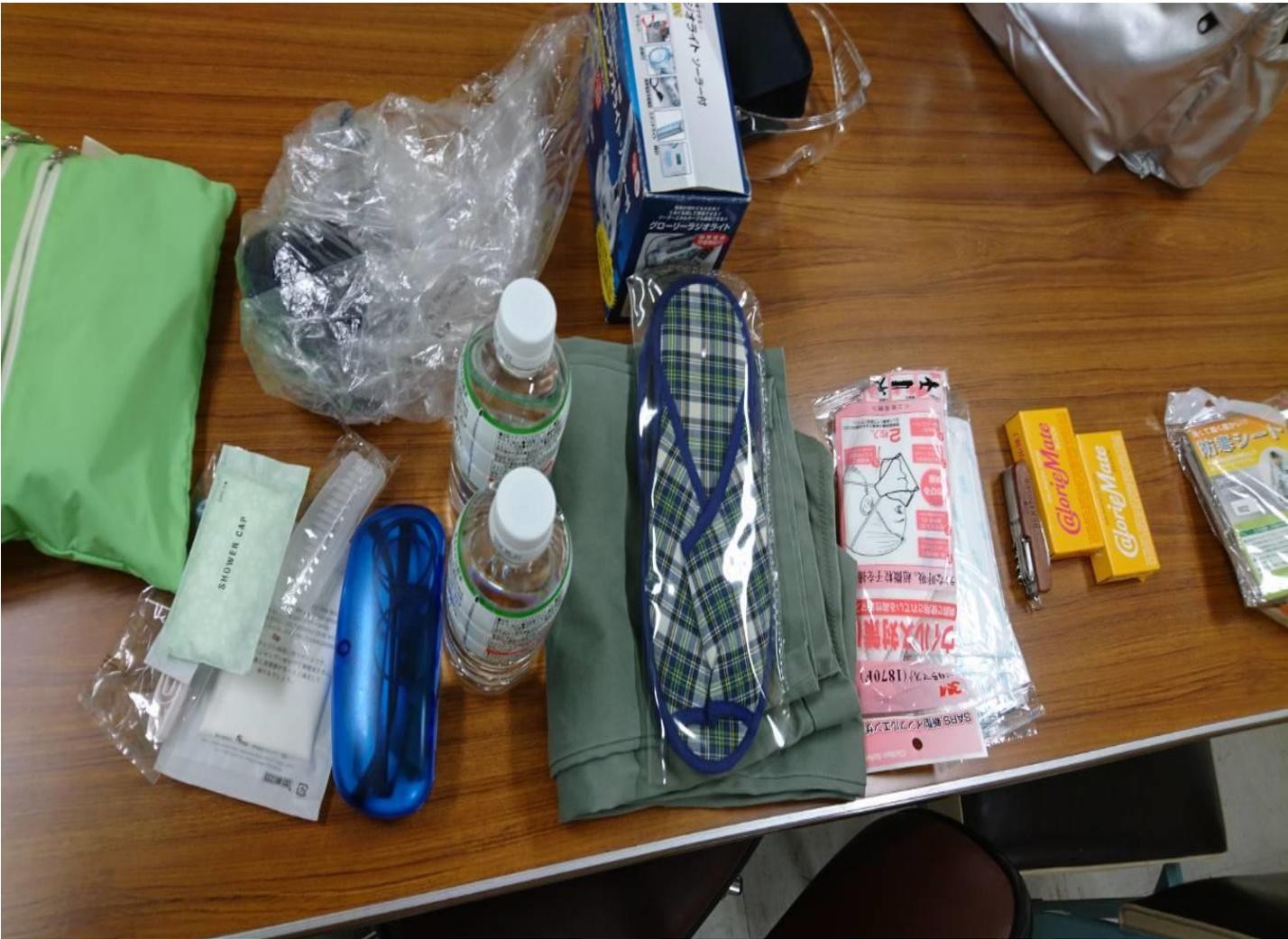
2,445円(税込)

マグネット式で
ボンベの着脱がラク楽！



※業界最安値に挑戦中！







防災グッズの一覧

電友会大阪東支部

区分: 1.バック 2.水 3.食料 4.情報 5.装備 6.道具 7.衛生 8.救急 9.防寒 10.衣料品 11.汎用、あると便利 12.高齢者

◎⇒百均で買える物

項番	区分	品名	①携行品 グッズ	②持ち出す グッズ	③避難所 で必要な グッズ	④備蓄品	必要理由等
1	1	リュックサック(非常用持ち出し品袋)			◎		非常持ち出し品を収納して、玄関先などに置いておきましょう。
2	2	飲料水(500ml)			◎	◎	1人1日3ℓが目安です。3日分は備えましょう。
3	3	非常用給水バック			◎	◎	ポリタンクに日頃から水道水をためておくこと災害時、生活用水に役立てて便利です。
4	3	乾パン			◎	◎	そのまま食べられるものはもちろん、お湯を入れるだけなど調理が簡単なものが便利です。3日分は備えましょう。
5	3	缶詰			◎	◎	同上
6	3	レトルト食品(ごはん、おかゆなど)			◎	◎	同上
7	3	インスタントラーメン・カップみそ汁			◎	◎	同上
8	3	アメ・チョコレートなど携帯食	◎	◎	◎		同上
9	3	給水用ポリタンク			◎		ポリタンクに日頃から水道水をためておくこと災害時、生活用水に役立てて便利です。
10	3	ラップフィルム			◎	◎	食器の上に敷けば洗う必要もありません。身体に巻けば保温に便利です。
11	3	紙皿・紙コップ・割り箸			◎	◎	使い捨ての食器です
12	4	乾電池			◎	◎	自然放電するため、消費期限に気をつけましょう。
13	4	携帯用の電池充電器(ラジオ・ライト付きが良い)			◎		災害情報を入力するために必要です。
14	4	筆記用具(メモ帳とペン)	◎	◎	◎		避難所などで活用できる
15	5	LEDライト	◎	◎	◎		
16	5	LED懐中電灯		◎	◎	◎	出来れば家族の人数分を用意
17	5	アルミシート		◎	◎		
18	5	アルミブラケット		◎	◎		冬期は防寒、夏期は防暑対策に
19	5	アルミホイール		◎	◎		
20	5	安全スリッパ		◎	◎		避難時など使用
21	5	緊急用ホイッスル	◎	◎	◎		身動きがとれない時、居場所を知らせる。
22	5	手袋(軍手・ラバー手袋)		◎	◎		脱出、救助、各種作業のガレキやガラス片から手を守る
23	5	ヘルメット・防災ずきん		◎	◎		落下物から頭などを守ります。
24	5	安全靴(長靴、運動靴)		◎	◎		避難の際に役立ちます。
25	6	ナイフ、ドライバー、栓抜き、缶切りなど		◎	◎		用途色々使用可能です。
26	6	布ガムテープ		◎	◎		避難所などで色々使用可能
27	7	アイマスク		◎	◎	◎	慣れない避難所生活での安眠をサポート
28	7	アルコール消毒綿		◎	◎	◎	被災後の衛生対策に
29	7	簡易トイレ		◎	◎	◎	凝固剤、吸収剤入りのものは臭いを抑えて便利。
30	7	ティッシュ・ウェットティッシュ	◎	◎	◎	◎	ウェットティッシュは入浴できない災害時には体が拭けるなど重宝します。
31	7	歯ブラシ3本		◎	◎	◎	
32	7	防塵マスク		◎	◎	◎	粉塵から守る
33	7	ポディタオル・手ぬぐい		◎	◎	◎	汚れの拭取りやけがの手当て、下着の代用など汎用性あり。
34	7	マスク2枚	◎	◎	◎	◎	避難所などでの防塵、衛生に
35	8	お薬ケース		◎	◎		日常飲んでいる薬ケース
36	8	救急セット		◎	◎		応急措置に必要な救急用品
37	9	カイロ		◎	◎	◎	手軽に暖をとれ、移動しながら使用できる
38	9	毛布		◎	◎		寒い時期の防寒対策に必要です。避難所で配給がある。
39	9	レインコート		◎	◎		雨や雪の中の移動に必須。防寒にも
40	9	非常用ブラケット		◎	◎		避難所などで使用
41	10	下シャツ、パンツ靴下のセット (密閉袋に収納が良い)		◎	◎	◎	避難所などで使用
42	10	下着・靴下・長袖、長ズボン		◎	◎	◎	被災家屋の応急処置や、屋外避難の際に便利です。
43	11	圧縮袋		◎	◎		衣類などの収納に使用
44	11	エア枕		◎	◎		慣れない避難所生活での安眠をサポート
45	11	スマートフォン防水ケース		◎	◎		豪雨や水の中で「明かり取りになる」「連絡可能」「明りで自分の位置を知らせる」
46	11	ビニール袋		◎	◎	◎	大小合わせて10枚ほど。雨具や敷物、簡易トイレとしても使用可能。プライバシー保護のため透けないものを。
47	11	レジャーシート		◎	◎		避難生活での防風、防寒対策から、日よけ、雨避け、目張りなど用途多数
48	11	ロウソク、マッチ、ライターなど		◎	◎	◎	停電時の照明に、調理用や暖房器具の火おこしなどに。
49	11	安全ピン	◎	◎	◎		
50	12	紙おむつ		◎	◎	◎	日常生活で使うものを、意識して上手に備蓄したりするなど災害に備えましょう。
51	12	介護用品			◎	◎	同上
52	12	補聴器	◎				同上
53	12	入れ歯	◎				同上