

☆オレンジ通信☆

「防災について」

いつ起きるかも知れない自然災害に備えて家庭で出来る防災対策を紹介します。



1) 日頃から準備しておきましょう

懐中電灯 … 停電に備えて就寝中に手の届く場所に置いておきましょう。

ラジオ … 被害状況、安全に非難する為の情報や避難生活のための情報を得る手段として必要です。

履物 … 災害時は家の内外とも危険物でいっぱいになります

防寒具 … ライフラインの停止により冷暖房が使用不可能となります。季節や気候なども考えて身体をすっぽり包める毛布やシーツが便利です。

使い捨てカイロ … 保温用

新聞紙 … 防寒や敷物、簡易トイレなど様々に活用できます。

非常食 … ライフラインの停止により調理不可能となることが予測されます。火や水を使わなくても食べられるレトルト食品や缶詰などを用意しておきましょう。

水 … 1人1日3ℓ。水道が止まってしまった場合、給水車が来てもすぐに取りに行けないことも予測されます。

現金 … 当座に必要な現金(小銭)

くすり … 現在服用している薬は必ず持って非難しましょう。

※ 荷物はひとまとめにし、取り出しやすい所に置いておきましょう。水・非常食などは賞味期限を定期的にチェックし、入れ替えをしておきましょう。



2) あなたにとって大切なもの、くすり(非難の時は忘れずに！)

- ① 現在常用している薬をメモしておくとし飲み終わった時に継続して同じ薬をもらえます。薬の名前はかかりつけ医や医療機関、かかりつけ薬局の薬剤師から聞いてメモしておきます。
- ② 用量(mg等)と服用方法を書いておきましょう。
- ③ 薬が変更になった時には忘れずに書き直しておきましょう。情報提供書を利用すると良いでしょう。

3) どこに逃げたらよいでしょう

指示された避難施設と臨時救護所の場所と行き方、道順を確認しましょう。



当院からのお知らせ

<災害時の対応について>

- 1、 午前9時に何らかの「**警報**」が発令されている場合は、デイケア及び訪問看護は、**終日中止**とさせていただきます。
- 2、 地震の**警戒宣言**が出された場合は、解除されるまでデイケア及び訪問看護を中止いたします。
- 3、 上記以外の場合でも、**各自の判断**により危険だと思われる場合は**利用を中止**してください。
- 4、 問い合わせについては**午前9時以降**でお願いします。

