



# いなみ虹保育園病後児保育室 レインボー通信

No.83 2024. 02.21. 発行

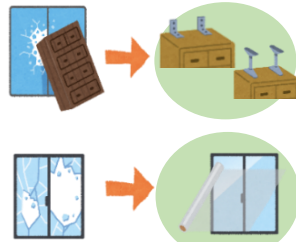


## 災害に備えよう

年明けに起こった能登半島地震。「もし自分たちが被災したら・・・」と不安になる方もおられたのではないのでしょうか。一人ひとりが災害に備え、家族で防災について話し合っておきましょう。

### 家の中は安全？

- ・背の高い本棚やタンスは倒れないように固定しよう
- ・テレビや電子レンジは揺れで飛んでくることも！  
耐震マットやベルトなどで固定しよう
- ・食器棚などの扉が揺れで開かないように  
ストッパーをつけよう
- ・窓ガラスや食器棚のガラスには、  
ガラス飛散防止フィルムを貼ろう



### 家の外も危険！

ブロック塀や大きな看板がある所は地震で落ちてくるかも？用水路や川は水が溢れるかも？避難所までの道のりを確認しておこう！



### 備えておく物

- ・3日分の食料と水(1人9L)
- ・カセットコンロ
- ・カセットボンベ
- ・ウェットティッシュ
- ・トイレトーパー
- ・マウスウォッシュ
- ・歯ブラシ
- ・歯磨きシート
- ・マスク
- ・使い捨て手袋
- ・懐中電灯
- ・LEDランタン
- ・手回し充電ラジオ
- ・使い捨てコンタクトレンズ
- ・アルコールスプレー
- ・ライター
- ・点火棒
- ・ポリ袋
- ・ラップ
- ・オムツ
- ・液体ミルク
- ・使い捨て哺乳瓶
- ・生理用品
- ・常備薬
- ・布製ガムテープ
- ・救急セット
- ・軍手

手にかぶせれば応急処置にも使える。防水なので貴重品の保管にも。

食器にかぶせれば洗わずに済む。体に巻けば保温効果も。

清潔な布の上から巻くことで止血や、骨折の添え木固定にも使える。壁に貼り家族への連絡メモとしても。スリッパに巻けば、ガラス破片から足を守る。

☆ ご予約・お問い合わせ ☆  
いなみ虹保育園・病後児保育室「レインボー」  
住所：兵庫県加古郡稲美町国安1256番地  
TEL：079-490-2064(専用電話)  
FAX：079-490-6682  
\* 詳しくは「いなみ虹保育園HP」「稲美町HP」をご覧ください 編集：篠田

災害伝言ダイヤル(171)の利用もお勧めです。使い方を練習しておく Good! 詳しくは、NTTホームページをチェック☆

