

災害に備えて、大切なものを守るために

おぐらだけ

地区協議会
公民館だより

南山田地区協議会
南山田公民館発行

★食料・飲料などの備蓄、十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料等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品等を備えるようにしましょう。

食料・飲料・生活必需品などの備蓄の例 (人数分用意しましょう)

- ・飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）
- ・非常食 3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど
- ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど

※大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水を張っておく、などの備えをしておきましょう。



★非常用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。

非常用持ち出しバッグの内容の例 (人数分用意しましょう)

- ・飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ・ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
- ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯の充電器
- ・衣類、下着、毛布、タオル
- ・洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ

※乳児のいるご家庭は、ミルク・紙おみつ・ほ乳びんなども用意していきましょう。



★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、日頃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。

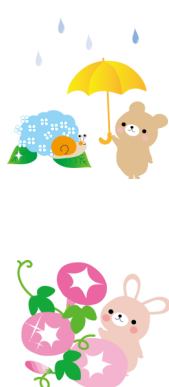
災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。

※一般加入電話や公衆電話、一部のIP電話からご利用できます。
※携帯電話・PHSからもご利用できます。

災害用伝言版

携帯電話やPHSからインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。



社会を明るくする運動への参加

更生保護女性会南山田班（班長・佐藤悦子さん）の総会が5月13日に行われ総会終了後は同じく更生保護活動をしている南山田地区の保護司の方2名と活動について協議を行いました。昨年度はコロナウイルス感染拡大に伴い、更生保護施設の訪問ができませんでしたが、青少年健全育成事業の支援、南山田小学校、淮園小学校のあいさつ・声かけ運動、ふれあい地域食堂等に積極的に参加、女性会の活動目的である社会を明るくする運動に努めました。



ふれあい食堂、再開

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、活動を自粛していましたが、6月から活動を再開します。

感染対策を取りながら、楽しいイベントや、美味しい食事を提供できるように努力していきます。

ぜひ、6月26日（土）は南山田公民館でお待ちしておりますので、遊びに来てください。

2月より募集をしていましたくらしのサポートセンター南のマスコットキャラクターの名称が決定しました。

「サポ南」

です。よろしくお願いします。たくさん応募ありがとうございました。



サポ南

くらしのサポートセンター南

利用会員・活動会員・賛助会員募集中！

- ・くらしのサポートセンター南では、利用会員・活動会員・賛助会員を募集しています。
- ・困りごとがあり、支援を必要とする方、支え合い活動の目的に賛同し、活動を担っていただける方や応援していただける方はぜひ一緒に取り組みませんか？
- ・申し込みする方は、登録書に記入の上、年会費500円と一緒にお願いします。
- ・問い合わせは、南山田公民館まで（TEL:78-8801）

一緒に地域づくりませんか？

6月・7月の予定

6月

18日 出張消費生活相談会
22・29日 ほほえみ教室
23・24・25日 健康診断
26日 ふれあい食堂

7月

1・15・22日 給食ボランティア
13・20・27日 ほほえみ教室
16日 出張消費生活相談会
23日 ふれあいカフェ
24日 ふれあい食堂

◎毎週火・木曜日 習字教室
◎毎週水曜日 放課後チャレンジ教室

※おぐらだけ発行時点で把握している行事のみ紹介しています。
※予定は変更になることがあります。ご了承ください。