災害に備えて

いざというときのために確認しておきましょう

連絡方法

家族が別々の場所にいるときに災害が発生した場合に備えて、日頃から安否確認の方法や集合場所などを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い場合もあります。そのようなとき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171	災害用伝言板
被災地との通話が困難になった場合、災害用伝言ダイヤルが提供されています。171をダイヤルした後、利用ガイダンスに従って、録音と再生を行ってください。	NTT docomo https://dengon.docomo.ne.jp ソフトバンク/Y!mobile https://dengon.softbank.ne.jp au（KDDI）https://dengon.ezweb.ne.jp

避難場所や避難経路

防災マップ、ハザードマップを活用し、避難場所や避難経路を事前に確認しておきましょう。

非常用持出し袋を備えよう

災害時の非常用持出し袋（0～3歳児用）

避難するときに、持ち出すものをまとめた袋を「非常用持出し袋」といいます。災害時のために特別に準備しようとすると、面倒に感じたり、準備した物が期限切れになってしまうことがあります。そのようなことがないように、日々の外出時に使用するマザーズバッグなどの中身を少し工夫することで、非常用持出し袋に代用できるようにするとよいでしょう。ここでは、乳幼児のいるご家庭で準備しておくとよい物を紹介します。この他にも、各家庭の実情にあわせて必要なものを準備しておきましょう。

大人が一度に持ち出せる重さは、10～15㎏が目安です。

広　告

あなたの家庭にピッタリのおトクなプランをご提案します！

カテエネショップでできること

カテエネに関するご相談

IHクッキング ヒーター・ガスコンロの操作体験

電気とガスプランのご相談

オンライン相談実施中
小さなお子さまがいて外出がむずかしいママパパにオススメ！

中部電力ミライズ

カテエネショップ
☎0564-73-8920

岡崎市戸崎新町1-4 営業時間:10時～17時
定休日:日曜日・月曜日・祝日・休日・年末年始
https://miraiz.chuden.co.jp/kateneshop/

乳幼児用持ち出し品

ミルク・水（軟水）・哺乳瓶
母乳の方でもスティックまたは
液体ミルク数本と水・哺乳瓶があると安心

オムツ
災害用に少し多めに

おしり拭き
体ふきに代用できます

母子健康手帳

離乳食やおかし・おもちゃ
どちらもお気に入りがBEST!

衣類・下着

ガーゼ タオルなど

大人用持ち出し品

運転免許証
身分証明書にもなります

衣類・下着
洗濯できないときのために

水・非常食
すぐに食べられるものがGood!
最低3日分の用意！

通帳・印鑑・現金
小銭もあると便利です
通帳はコピーでもOK!

常備薬・お薬手帳
処方箋でもOK！
応急グッズもあるとGood!
お薬手帳はコピーでもOK!

**ウエットティッシュ・
タオル・生理用品**

**マスク・体温計・
手指消毒用アルコール**
感染症対策として準備しましょう

レインコート
防寒着としても
利用できます

携帯ラジオ・ライター
電池も忘れずに！

携帯電話
モバイルバッテリー・
充電器もご一緒に！

眼鏡
コンタクトレンズ
でもOK！

懐中電灯
ヘッドライトも
あると便利

元気づけてくれるもの
化粧品や自分のお気に入り
グッズなどがGood!

わが家の防災メモ

緊急連絡先

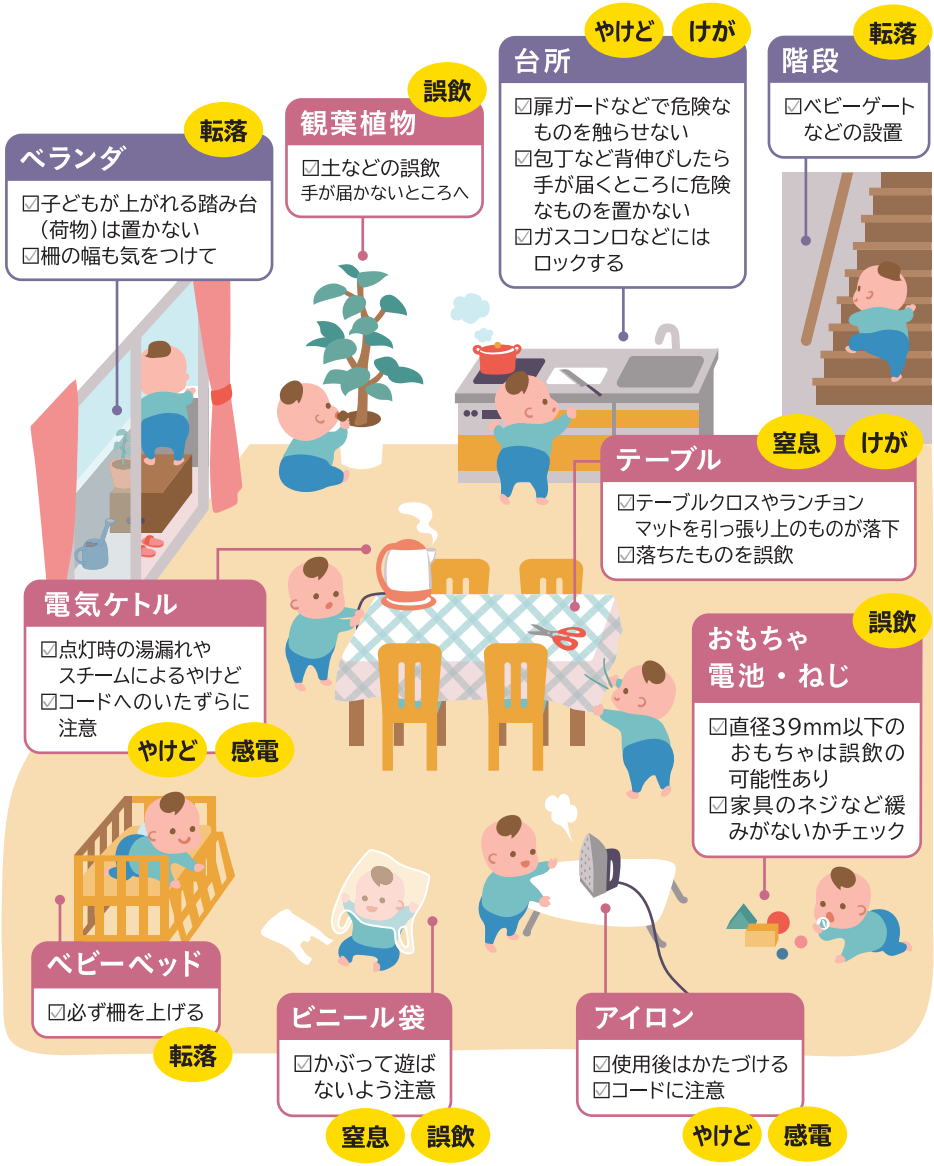
避難場所

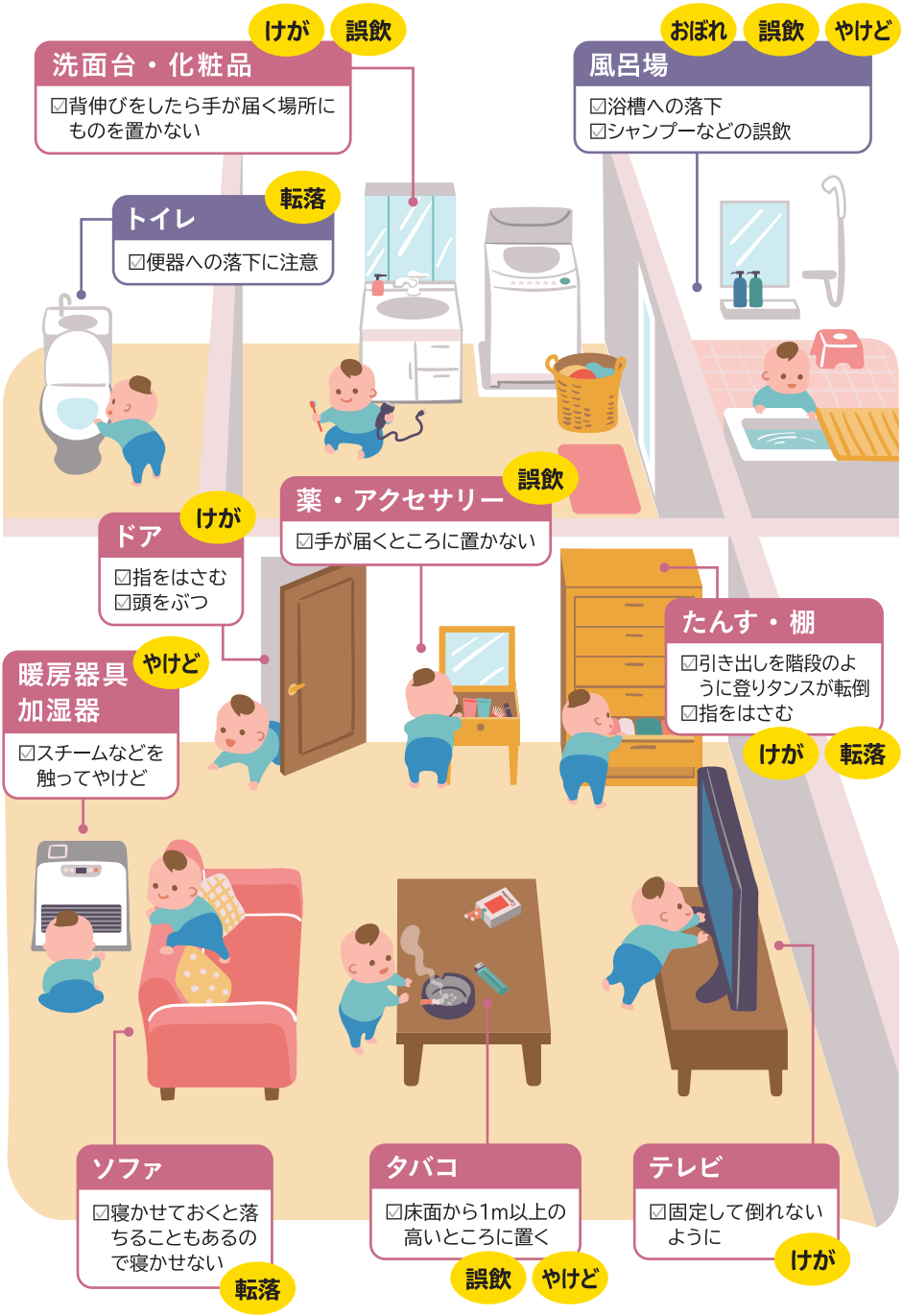
待ち合わせ場所

子どもの目線で見ると危険がいっぱい！

☑おうちの危険箇所チェック

おうちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。
あてはまる場所やものの位置をしっかり確認して、
事故対策を家族で考えておきましょう。




けが
誤飲
洗面台・化粧品
☑背伸びをしたら手が届く場所にものを置かない
おぼれ
誤飲
やけど
風呂場
☑浴槽への落下
☑シャンプーなどの誤飲
転落
トイレ
☑便器への落下に注意
誤飲
薬・アクセサリー
☑手が届くところに置かない
けが
ドア
☑指をはさむ
☑頭をぶつ
たんす・棚
☑引き出しを階段のように登りタンスが転倒
☑指をはさむ
けが
転落
やけど
暖房器具
加湿器
☑スチームなどを触ってやけど
ソファ
☑寝かせておくと落ちることもあるので寝かせない
転落
タバコ
☑床面から1m以上の高いところに置く
誤飲
やけど
テレビ
☑固定して倒れないように
けが