

“減災” 今すぐ出来る7つの備え



今年は大正12年9月1日、11時58分に発生した関東大震災から100年目を迎えます。地震、水害、台風など自然災害はいつも待ったなしでやってきます。被害を最小限に食い止める取り組みとして「今すぐできる7つの減災」について主な内容をお伝えします。

- その1:「普段から近所、仲間へ声かけ」「自助が出来ての共助」「災害を他人ごとにならない」
- その2:「ハザードマップ確認」「散歩しながらの避難所確認」「身の回りの危険な場所を教え合う」
- その3:「昭和56年以前に建てられた住宅の場合 古い耐震基準の建物で十分な強度がそなわっていない場合、必ず耐震診断を受け、結果に応じた補強を行いましょう」
- その4:「命を守るため お部屋の総点検」「寝ている場所と家具の位置」「乾電池が腐食していないか」
- その5: 外出先での持ち物「ハンカチ、ポリ袋、水、飴など」「LEDランプ付・笛」「持病がある人は、診察券、お薬手帳、予備の薬」家庭や職場では「避難用靴、手袋、ヘルメット」
「あると便利な物でなく、家族・自分にとってなくては困るものを準備する」
- その6:「災害用伝言ダイヤル171の活用」「自分の身の安全を真っ先に家族や知人に知らせる」
- その7:「普段からの地域のつながりが大切」「普段からお互いの声かけで、いざという時に助けあえる」「避難、救護、炊き出し訓練」みんなで力を合わせて普段からの備えをしていきましょう。



参照：内閣府「防災情報ページ、減災の手引き改訂版」 防災士 矢作芳恵

ほっとサロン 2023年 8月9月のお知らせ

	絵手紙	パステル画	粘土フラワー	押し花
日時	8月5日(土) 13時～15時	9月22日(金) 13時～15時	9/11(月)と9/25(月) 13時～15時	9月26日(火) 13時～15時
テーマ	魚を描く	秋の風景画	好きな作品を作ろう	好きな作品を作ろう
担当者	和川法子さん	太田慶子さん	坂元のり子さん	西村久美江さん
資料代	600円	600円	600円	800円～1000円
場所	大広間	大広間	マイトリーヘルプサービス	大広間
参考作品				

夏休み企画 認知症サポーター養成講座 健児隊×マイトリーヘルプサービスコラボ



認知症の方への対応の正しい理解と知識を学ぶ！

日時：8月27日(日) 10時～12時 受講費：無料
 場所：大黒堂会館2階会議室 定員：20名
 講師：地域包括支援センター看護師、社会福祉士他
 内容：看護師からのお話し、寸劇、グループワークなど



発行：マイトリーヘルプサービス 直通電話：045-439-5258

メール：mhs@kodosan.or.jp

ホームページ <https://mhs.kodosan.or.jp>



ホームページQRコード