



特別号

災害はいつ起こるかわかりません。もしものとき、あなたやあなたの大切な人を守り被害を最小限に抑えるためには、1人ひとりの日頃の備えが大切です。
9月1日の「防災の日」をきっかけに家族や友人、地域の方々と一緒に防災アクションを起こしましょう。



通報訓練

災害に安否を確認できるツールを1度お試しください。

■災害用伝言板 『Web 171』

<https://www.web171.jp/web171app/breadcrumb/?backToTop>



災害用伝言板 (web171)

- ① サイトをひらき電話番号欄に園の電話番号を入力する。
【 36801441 】

- ② 確認するのボタンを押すと内容が確認できます。

■災害伝言ダイヤル 『保護者連絡』

災害の発生により、被災地への通信が増加しつながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

伝言の録音方法

171 にダイヤル

↓ 音声ガイダンスが流れる。

録音の場合 1

↓ 音声ガイダンスが流れる。

被災地の人の電話番号を入力
(X X X) X X X - X X X X

伝言の再生方法

171 にダイヤル

↓ 音声ガイダンスが流れる。

再生の場合 2

↓ 音声ガイダンスが流れる。

被災地の人の電話番号を入力
(X X X) X X X - X X X X

■Kindy 『保護者連絡』

園からの配信内容を閲覧後、必ず「既読」にさせていただきますようお願いいたします。

■災害時引き取りカード

実際に災害が発生した際に、引き取りカードを忘れた場合は身分証明書が必要になります。身分を証明できる物が無い場合は引き渡しが出来ませんのでご了承ください。



災害時は、医療機関・行政も被害を受け、不測の事態にすぐ対処できなくなり、正常に機能しなくなる可能性があります。そのため、災害時には自分自身や家族、側に居合わせた負傷者の傷を最低限でも手当できるようにしておくの良いかもしれません。

■災害時の代替品

	骨折	切り傷
通常	ギプス、包帯	ガーゼ、包帯
災害時	ギプス：折り畳み傘、雑誌、段ボール 包帯：大判のハンカチやネクタイ、レジ袋（大）	ガーゼ：ハンカチ、ラップ 包帯：ストッキング、大判ハンカチ

■骨折の手当てをする場合

- ① ビニール袋（大）を用意します。👉大きさがポイント
- ② 横側を底まで切ります。
- ③ 反対側の横側も、そこから1 cm程度残したところまで切ります。
- ④ 底まで切った側が指側にくるように固定した腕を袋に通します。
- ⑤ 腕を通したら、取っ手の部分を重ねて頭を通して首に掛けます。
腕が水平程度になるように調整します。
(吊るされて1番楽な位置まで調節します)



【骨折部位の固定方法】

- ① 段ボールを骨折した箇所当て、両端を大き目のハンカチやタオル、ネクタイなどで固定します。
- ② レジ袋（大）の両サイドを切り裂き、段ボールで固定した手を入れて、持ち手のところを2つ重ねて、首からつれば完成です。

■切り傷の手当をする場合

*出血している場合、人は体内の30%の血液が失われると、命に危険が及ぶと言われています。特に、動脈から出血している場合には早急な手当が必要です。止血方法は2種類あり「直接圧迫法」「間接圧迫法」です。

*一般的に出血時には、直接圧迫法を用いることが推奨されています。



[直接圧迫法]

*直接圧迫法は、主に静脈からの出血の場合に用いる止血方法です。

- ① 傷口を心臓より高い位置に持っていき、ガーゼや綺麗な布を出血管所に当てて、強く圧迫する。
- ② 圧迫する際には直接傷口や血液には触らず、感染症を防止するために、手袋やビニール袋を代用して手を保護します。

[間接圧迫法]

*動脈からの出血の場合や直接圧迫法がすぐに行えない際に用いる止血方法です。

- ① 出血管所に近い拍動の感じられる血管を手で圧迫します。(ビニール袋の上から)
- ② 出血が治まってきたら、直接圧迫法を用いて止血します。

2つの止血方法に共通する点

直接血液に触れないことです。(B型肝炎などの感染リスクがあるため)

NEWS お知らせ

当園の職員は、積極的に救命講習を受けています。普通救命のほかに上級救命の資格を取得しています。

救命講習とは…

大切な人や家族、その他急病人の命を守る知識とスキル習得を目的に、心肺蘇生やAEDの使い方がのりなど、応急手当の習得を目的とした資格です。

緊急時の応急処置として役立てることができます。

公益財団法人
東京防災救急協会
Tokyo Disaster Prevention & Emergency Medical Service Association

交通アクセスマップ リンク集 サイトマップ 個人情報保護方針

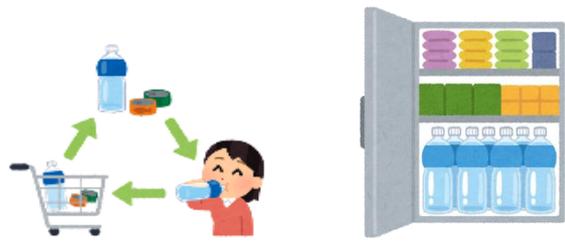
背景色を変更 白 黒 水色 検索 お問い合わせ

HOME 博物館・防災館案内 防災・救急情報誌 協会案内 情報提供 賛助会員案内

東京生活の安全と安心
あなたの知識と技術で守る。
防火防災関係者の育成並びに都民の防火・救急に関する意識と行動力の向上に関する事業を進めています。

防火・防災関連講習 応急手当講習 図書販売 グッズ販売 消防用設備等点検済表示制度

災害時非常食・備蓄品について



■災害時、物資は本当に来るの？

災害時、行政からの支援はすぐに届くのでしょうか？ 電気、ガス、水道はすぐには使えないでしょう。そんな時、日常的に使用している食材や用品を少し多めにストックしておくで安心です。

飲料水	食料	日用品
 <p>1日に必要な水分量</p> <ul style="list-style-type: none">成人→体重 1 kg×50ml幼児→体重 1 kg×100~200ml <p>※砂糖のっていない野菜ジュースや果実ジュースもあると便利です</p> <p>※ローリングストックしておくとういでしょう</p> <p>備える⇒食べる(使う)⇒買い足す</p>	<p>・常温保存できる物 (野菜、果実、梅干し等)</p> <p>・水さえあれば食べられる物 (フリーズドライの米やスープ等)</p> <p>・火や水が無くても食べられる物 (ドライフルーツ、お菓子等)</p> 	<ul style="list-style-type: none">・カセットコンロ・除菌ウエットティッシュ、スプレー・使い捨て手袋、紙皿、紙コップ・ビニール袋やラップ、アルミホイル・アウトドア用品 (コンロ、クーラーボックス) 

上記のような物が家があれば、災害時物資がなかなか届かない状況でも食事を作ることができます。今回は、家庭に備えてある食材とポリ袋、水とガスコンロを使ったレシピを紹介したいと思います。

■ポリ袋でカレーライスを作ってみましょう

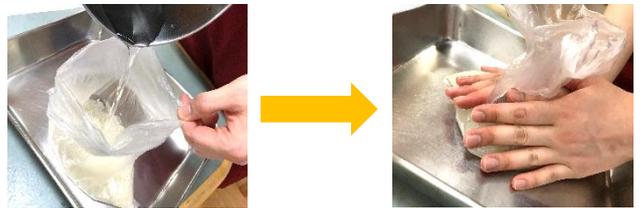
◎ご飯

【材料】

- ・米 1 カップ
- ・水 200ml

【作り方】

- ① 高密度ポリエチレンの袋に米と水を入れる。※袋は空気を抜いて2重にしましょう
- ② 鍋で水を沸騰させ、弱火にした所に①の袋を入れる。
- ③ 蓋をして、弱火で20分、その後火を消して10分蒸らす。



◎カレールー

【材料】

- ・ウインナー5本
- ・じゃが芋 1 個
- ・玉葱 1/2 個
- ・人参 1/2 本
- ・水 300ml
- ・カレールー2片

【作り方】

- ① ウインナーは斜め切り、玉葱、人参は皮を剥いて薄切りにする。
- ② ポリ袋に①、水、カレールー(砕いて)を入れ、空気を抜いて口を縛る。
ポリ袋を2重にして、沸騰したお湯が入った鍋の中に入れる。
- ③ 蓋をして20分加熱して、火を消して10分そのまま放置しておく。



今回紹介したポリ袋を使用したレシピは、調理道具も少なく洗い物も少なくすることができます。災害時は貴重になる【水】を最小限に抑え、飲料水としても使用できるため、無駄が少ないです。災害時に活用出来るように、ご家庭でも1度試してみて、練習しておくとういかもしれませんね。