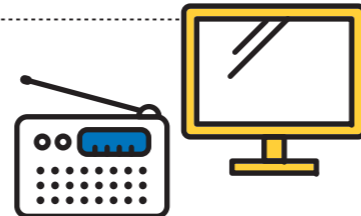




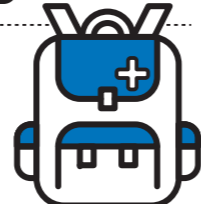
地震が起きた時にとる行動

① 机など頑丈な物の下に身を隠して揺れが収まるのを待ちましょう

② ラジオやテレビをつけて情報収集をしましょう



③ 非常用持ち出し袋をすぐ取り出せるようにしましょう



避難が困難な時にとる行動

① 助けを求め安全な場所に誘導してもらいましょう



助けを求める方法

- ▶ 大声を出す
- ▶ 笛を吹く
- ▶ 硬い物を叩いて音を出す など

② 白杖を頭上50cmにかかげるとSOSのサインになります

(近所の人にも機会をみて伝えておきましょう)



戸塚区防災リーフレット

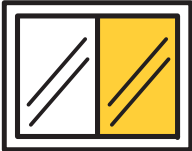


視覚障害者編



戸塚区役所 高齢・障害支援課

令和5年1月発行

発災時に出来る限り家で過ごすために 準備しておきたいこと



- 1 大きな家具を固定しましょう
- 2 家具のガラスが飛び散らないように
保護フィルムの活用が有効です 
- 3 水、食料を備蓄しましょう 
- 4 白杖や常備薬など
必要なものをそろえましょう 

備えておくもののリスト

- | | |
|-------------|--------|
| 1 1週間分の水や食料 | 4 笛 |
| 2 充電式のラジオ | 5 懐中電灯 |
| 3 常備薬 | 6 白杖 |

いつでも持ち出せるところに
「非常用持ち出し袋」を置いておきましょう 

発災時に周りの人に 気づいてもらえるようにするために

- 1 避難所がどこか
避難所までの経路を確認しましょう 
避難所
- 2 地域の防災訓練に参加しましょう
訓練に参加することで、あなたの状況を
知ってもらうことができます
- 3 視覚障害者であることを
近所の人に伝えておきましょう 

避難を手伝ってくれる人に見せられるようにしましょう

▶ 本人氏名(ふりがな)

▶ 電話番号

▶ 住所

▶ 見え方の特徴等

▶ 緊急連絡先 ① (氏名:)

② (氏名:)

③ (氏名:)