東北文化学園専門学校　保健室だより

2024年9月発行

9月は「防災月間」です。この機会に防災意識を高め、いざという時の備えについて見直しましょう。

非常用持出袋の中身は？

玄関など家の出入口に近い場所に常に置いておきましょう。

貴重品類

公衆電話用の10円玉を含む現金
印鑑、預金通帳、保険証、免許証

避難用具

懐中電灯、携帯ラジオ、予備の乾電池
ヘルメットや防災ずきん

生活用品

携帯用トイレ、缶切り、ナイフ
厚手の手袋、毛布やアルミシート
ライターやマッチ

救急用具

薬（持病薬、胃腸・便秘薬など）
救急セット（絆創膏や消毒液など）
処方箋の控え、生理用品

衣料品

下着、靴下、長袖、長ズボン、
防寒用ジャケット、雨具

非常食品

乾パン、缶詰、栄養補助食品、
飴やチョコレート、飲料水

最低3日分は用意しましょう。
（**飲料水は1人1日3Lが目安**です。）

感染症対策物品

マスク、ウェットティッシュ、体温計

その他

携帯用カイロ

（消防省　非常用持出品チェックシートより）

【災害用伝言ダイヤル（171）】

災害時に、固定電話、携帯電話・PHS等の電話番号宛に安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国からその音声を再生（確認）することができます。

①**171**に電話をかける。
②ガイダンスに従って、録音の場合は**1**を、再生の場合は**2**を押す。
（暗証番号を付けて録音・再生を行うこともできます。）
③ガイダンスに従って、**連絡をとりたい方の電話番号**を押す。
（市外局番で始まる電話番号の場合、**市外局番から**入力する。）
④伝言を録音・再生することができる。

※1伝言あたり30秒のみ！
伝言保存期間は48時間！