

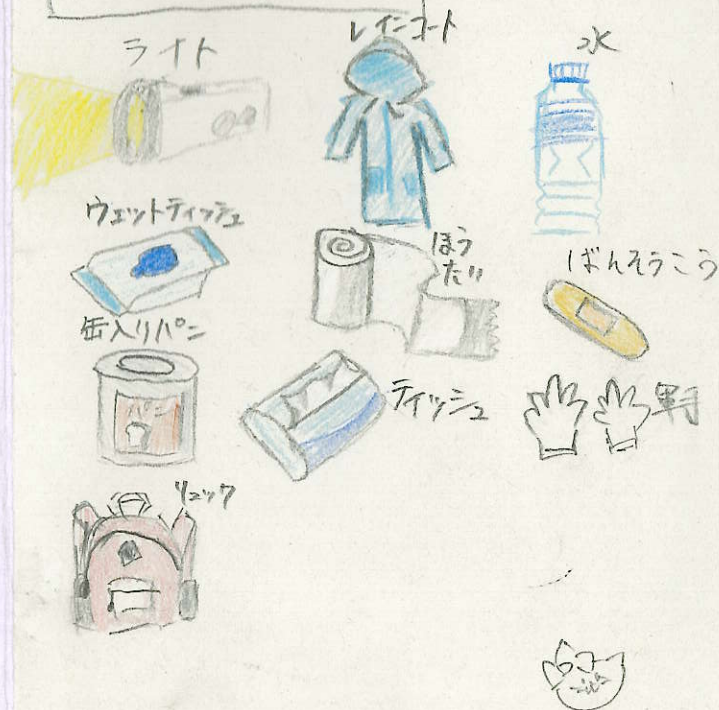
自分達に
できること



身近な人と確認して
ほしいこと **事前に!**

- ・避難するところ
- ・避難経路
- ・避難するときに持って行くもの
- ・家族の電話番号

など



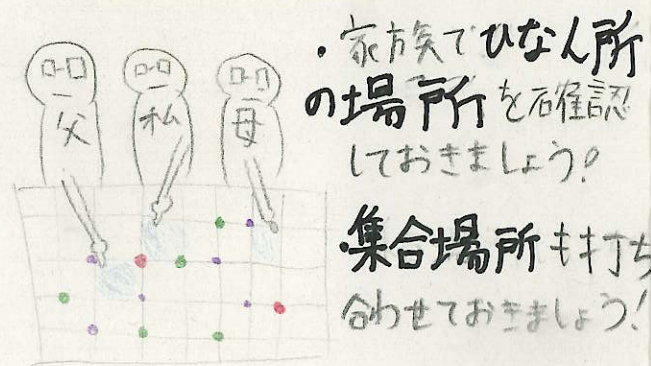
実際に被害にあった人が
やったこと!

- ・物資の仕分け
- ・炊き出し
- ・がれきの撤去・分別
- ・室内せいそう



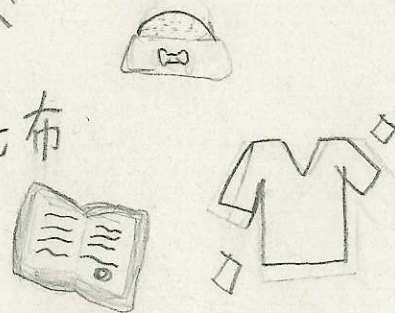
災害時には

ボランティアが結成
されるところが
多いそうなので
積極的に
参加しましょう!



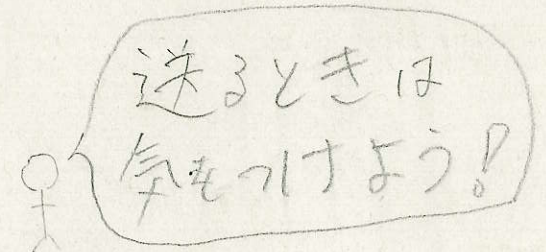
送ると便利なもの
(喜ばれるもの)

- ・ペットフード
- ・衣類や毛布
- ・本
- ・おもちゃ
- ・食料品



↑を送る時の注意

- ・新品、未使用の方が○
- ・手作りは×
- ・アレルギー表示のないものは×



避難場所

避難所について

池袋本町小学校

北池袋駅から徒歩3分

池袋中学校

北池袋と同じく徒歩3分

旧文政小学校

下板橋駅から徒歩2分

避難所は一定期間の避難生活。

これは避難所について

避難場所は一時避難



他の人への

配慮・対応

障害者

(1)

車いすの補助

目の不自由な人... 声をかける

耳の不自由な人... 紙に書いたりする

高齢者

足や腕などの痛みを感じている場合出来る事が無いが聞く。

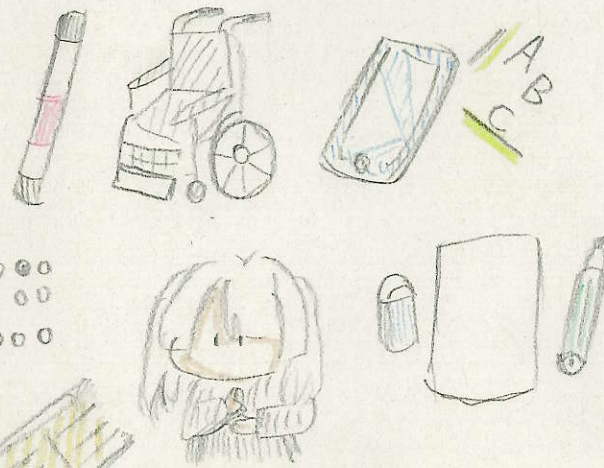
外国人

(2)

通訳・翻訳

優しい日本語

絵・図・手話・点字・筆談などを使う。 | 通訳ソフトの活用



避難所であってほしい

病気や在候群の対処法。

エコノミー症候群

(1) 時々ストレッチや運動を行う

(2) こまめに水分を取る

(3) 手洗いをこまめにする

適応障害

(1) 無理な行動をしつけない

(2) 適度に休息時間を取る

以上の対処法は時間が無い時でも必ず出来るものになっておきますので是非機会が有りましたらやってみて下さい。

梅田駅前

家でできること

防災バックを

用意しよう!



マップを確認

たおれないよう固定しよう

親族は確認

部屋の入口は

整理する!

少しずつ

行動力しよう!