

地震列島に住む私たちにとって、  
災害は、いつどこで起こるか分からない。  
だから日ごろから備えておかねばならないことがある。



## いざというときでも、つながっていますか？ 家族での話し合いは十分ですか？

大地震などで災害が起きた時、家族の安否確認や  
持ち出し品の保管場所、避難所がどこになっている  
かなど把握はできていますか？



町では、万が一の災害に備え、町民  
の皆さんが適切に避難、行動でき  
るよう「益城町防災マップ」を作成  
し、全戸に配布しています。  
この機会にぜひご確認ください。

災害時には、い  
つも利用している  
携帯電話が使用で  
きないことも考え  
られます。

いざというとき、  
どこに逃げるのか。  
連絡先はどこか。  
いま一度確認して  
おきましょう！！

## 電話がつながりにくい時 災害用伝言ダイヤルで安否確認

災害発生時は、電話がつながりにくくなる場合が  
あります。そのような時には、円滑・確実に安否の  
確認をするため、災害用伝言ダイヤル(171)や災  
害用伝言板を利用しましょう。また、災害時には、  
自ら安否情報を発信するよう心がけてください。

### 録音の方法

- ①「171」にダイヤル。
- ②録音する場合は「1」をダイヤル。
- ③自分の電話番号、または連絡を取りたい被災地の  
人の電話番号を、市外局番からダイヤル。
- ④伝言を録音します。

※伝言の録音保存期間は48時間です。それを過ぎると伝言は消去  
されます。また、1伝言あたり30秒、1電話番号あたり10件の伝  
言を残せます。

### 再生の方法

- ①「171」にダイヤル。
- ②再生する場合は、「2」  
をダイヤル。
- ③連絡を取りたい人の  
電話番号を、市外局  
番からダイヤル。



※伝言の録音・再生には通話料がかかります。  
※災害用伝言ダイヤルは、公衆電話や携帯電話・PHSからも使用  
可能。また、各携帯電話会社がサービスする「災害用伝言板」への  
書き込みも有効です。  
※日ごろから家族や親戚などの電話番号を記録しておきましょう。

## 「もしも—」に備え 日ごろから準備を

災害が発生し、生命に危険が及ぶような場合には、  
速やかに避難する必要があります。また、助けが来  
るまでに自力で生活をしなければならない場合もあ  
ります。その日に備え、何をどれだけ備えたらよい  
か、家族で話し合い、準備しておきましょう。

### ●非常持出品

避難するとき、まず最初に持ち出すべきもので  
す。すぐに持ち出せるようにしておきましょう。

- 貴重品 現金(公衆電話用10円硬貨も必要)、  
印かん、証書類、健康保険証、身分を証明する  
ものなど
- 携帯ラジオ 予備電池を多めに用意
- 懐中電灯 できれば1人に1つ。予備電池も
- 救急薬品 治療常用薬、ばんそうこう、ガーゼ、  
包帯、胃腸薬、風邪薬、鎮痛剤など
- 非常用食料等 乾パン・缶詰など調理不要の  
食べ物、ミネラルウォーター、水筒、割り箸、簡  
易食器、ナイフ、缶切り、栓抜きなど
- 衣類・その他 下着・上着・靴下などの衣類、ハ  
ンカチ、タオル、ティッシュ、軍手、ライター、  
ビニールシート、生理用品、紙おむつなど

### ●非常備蓄品

災害復旧までの数日間を自活するために準備  
しておくものです。最低でも3日分、できれば  
5日分を用意しましょう。

- 食料 米、缶詰ご飯、インスタントラーメン、  
レトルト、フリーズドライ、缶詰、調味料など
- 水 飲料水(1人1日3ℓ)、ポリタンクまた  
はミネラルウォーターで生活用水(1人1日  
7リットル)、ポット、やかんなど
- 燃料 カセットコンロ、固形燃料など
- その他 毛布、なべ、やかん、バケツ、洗面用具、  
トイレトーパーパー、ビニール袋、キッチン用  
ラップ(食器を覆って水節約、止血用など)、ビ  
ニールシート(雨よけ、敷物)、新聞紙(防寒、燃  
料)など

※すでに準備をしている人も、定期的な中身の確認が必要です。  
※このほか、持病があれば薬が、乳幼児がいる家庭では粉ミルクや  
おむつが必要です。