



災害から命を守る

災害は、いつ起こるかわかりません。
「発災時にやるべきこと」「避難の際に注意すること」
「備えておくもの」などを知り、災害に備えましょう。



災害に備えて

家族との連絡方法

緊急時の連絡方法について事前に家族や親族と話し合っておきましょう。
被災状況によっては安否確認等で連絡が取りづらくなることも考えられます。電話やインターネットの伝言板を利用して家族と連絡を取るようにしておきましょう。
子どもが保育園や学校にいる場合のことも考えておきましょう。



ワンポイント!

いざというときには、地域で助け合うことが必要です。
近所の方とのつながりを大切に、地域で行われる防災訓練に積極的に参加しましょう。

避難所・避難場所の確認

- 家の周りの高い建物や高台、避難ルートを普段からチェックしておきましょう。
- 緊急時の集合(避難)場所を決めておきましょう。

防災グッズチェックリスト

防災グッズは、いつものものを多く買うことで自然と備えになります。
すぐできる簡単な防災対策は「東京くらし防災」(東京都作成)でたくさん紹介されています。アプリ等で無料で読んでおすすめです。



緊急避難! おさんぽバッグに **プラス**

- 母子手帳
- 止血パッド
- 笛
- お菓子
- (キャラメル・あめなど) カロリーの高いもの)
- 抱っこ紐
- (ベビーカーの時も) 持ち歩きましょう)

自宅から避難! 非常持ち出し品に **プラス**

- 防災頭巾・ヘルメット
- レインコート
- マスクや軍手
- 衣料品3日分(特に下着)
- オムツ3日分
- 紙コップ&ストロー
- 離乳食スプーン
- おしりふき (ウェットティッシュ)
- 粉ミルク3日分
- 哺乳瓶(使い捨てタイプ)
- こどもの食料3日分
- 軽くて小さいおもちゃ
- 食品用ラップ

防災に関する情報を入手

問 危機管理防災局危機対策課 ☎025-226-1146

にいがた防災メール

避難情報など、災害に関して緊急を要する情報をメールでお知らせします。
登録はQRコード・市ホームページから。



※ドメイン指定受信を設定している方は、設定変更が必要です。
送られてくるメールアドレスは[bosai-niigata@sg-m.jp]です。

にいがた防災アプリ

最寄りの避難所や危険箇所の方角を、スマートフォンやタブレットに表示します。土地勘のない人でもわかりやすく、安全な場所へ素早く避難できます。



ぐらっと揺れたときは…



まずは、自分と子どもの身の安全を確保しましょう。子どもをおなかの中に包むようにして、頭をクッションや手で押さえて守りましょう。子どもと離れているときは、無理に駆け寄らず、動かないように伝えましょう。

歌と体操で覚えよう!

市では、子どもたちにも防災に関心を持ってもらおうと、防災マスコットキャラクターによる歌と体操の動画「ジージョとキョージョの防災体操」を制作しました。楽しみながら地震時の安全行動を身に付けることができます。



広告

第三和第一交通(株)

妊娠中や子育て中のお母さんを応援

ママサポートタクシー

- 特徴**
- 事前登録必要(無料) 24時間・365日対応
 - 助産師による研修を受けたドライバーが対応致します。

インターネットからご登録いただけます!!

第一交通 ママサポ

検索

- ・陣痛がはじまり、ご家族が不在で不安なとき
- ・自宅やかかりつけの病院までの道案内が不安
- ・定期検診や買い物不便
- ・お子様の急な発熱時 etc

ご利用料金は通常のタクシー料金

…といったお母さんの悩みを解消致します。



対象のお客様

- ・妊娠中の女性の方
- ・子育て中(3歳未満)の女性の方

タクシーのご用命は

0120-830-307

本社営業所 025-377-2506

小針営業所 025-267-0662 亀田営業所 025-381-2125

