

# 情報 ひがし労

JR東労働組合 中央本部

発行人 松下 明

編集者 情宣部

## 台風や集中豪雨から身を守る！ 万が一の備えと、日頃から適切な行動がとれるように心構えをしよう！

### ～自分の命は、自分で守る！～

シルバーウィークに各地で大きな被害をもたらした台風 14 号と 15 号。土砂崩れや橋の崩落、農作物の被害、大規模停電などの被害が確認されています。温暖化の影響もあり、かつてない記録的な大雨被害が、各地で相次いで発生しています。私たちが出来ることは、「自分の命は、自分で守る」ことです。

いざという時、災害に備えることが大切です。テレビやラジオ、スマートフォンなどの気象情報で、警報などの防災気象情報を利用し、被害を未然に防ぎ、軽減することが可能です。台風や大雨の危険が近づいているというニュースや気象情報を見たり聞いたりしたら、災害への備えをもう一度確認しましょう。

万が一に備えた非常用グッズをリュックにまとめておきましょう。非常用グッズの使用期限や消費期限は定期的に確認しましょう。避難時に必要なものは、日頃からリスト化しておくとう便利です。

スマートフォンや携帯電話は、万が一の際に連絡を取ったり、情報を入手したりする手段として、必需品となっています。停電に備えて、あらかじめスマートフォンや携帯電話、充電器の充電をしておきましょう。

非常用持ち出し袋 チェックリスト→  
(©気象庁 tenki.jp 知る防災より)



持参のタンクに給水する住民 静岡市清水区  
(©静岡新聞9月24日より)

### 非常用持ち出し袋 チェックリスト

知る防災

- 懐中電灯
- 予備バッテリー(乾電池)
- 携帯電話用充電器
- 携帯ラジオ
- ライター、ロウソク
- 救急箱(常備薬)
- ヘルメット(頭巾)
- 携帯トイレ
- 歯ブラシ
- ドライシャンプー
- 眼鏡、コンタクトレンズ
- ティッシュ、ウエットティッシュ
- ブランケット
- 衣類、タオル
- 軍手
- 非常用食料
- 水
- 貴重品(現金、預金通帳、印章など)

3日程度の  
避難を想定



### 深刻な住宅被害が発生している風水害 自然災害に備えよう！



浸水による  
家財の被害



窓ガラスの  
破損

台風

大雨

地震

洪水

火災

落雷

こくみん共済(全労済) 住まい共済

資料請求や詳しい保障内容の問い合わせ等は

JRひがし労総務部小林

Tel027-329-5836 または

Tel080-7943-8174 まで