

覚えておこう！伝言ダイヤル

災害発生時の安否確認に使うもので、「災害発生時に使える」ようになります。普段でも体験利用日が設定されていますので、ぜひご家族や知り合いと試してみてください！

体験利用提供日は毎月1日、15日、1/1～1/3、1/15～1/21、8/30～9/5です。

【操作手順】

録音と再生の2パターンがあります。

災害用伝言ダイヤルの使いかた



「171」をダイヤルする。
携帯電話や
公衆電話でもOK。



録音は「1」を、
再生は「2」を
ダイヤルする。



録音は「自分の番号」、
再生は「相手の番号」
をダイヤルする。



音声ガイダンスに
したがって、伝言を
録音または再生する。

伝言の録音方法

『171』をダイヤル

『1』を押す

被災地の方も、被災地以外の方も

被災地の方の電話番号を『市外局番』からダイヤル

録音

伝言の再生方法

『171』をダイヤル

『2』を押す

再生



株 式 会 社 ハ ナ ミ ズ キ

訪 問 看 護 ス テ ー シ ョ ン つ ぼ み

〒002-0854

札幌市北区屯田4条7丁目7-30

TEL:011-769-0151

FAX:011-769-0591

E-mail:tsubomi@white-love.co.jp

HP: <http://www.white-love.co.jp/>

ハ ナ ミ ズ キ

愛するあなたへ



2022年9月



Hanamizuki

9月1日は防災の日！

災害はいつ起こるかわかりません。4年前の胆振東部地震では、数日間の停電を経験しました。最近では宗谷地方北部を震源とした大きな地震もありました。大きな災害では、ライフラインの復旧や救援物資の到着に数日かかると言われています。その間は自分たちの力で助け合い乗り切れるよう準備をしておきましょう。



○近くの避難所の確認は

できていますか？

高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦などの要配慮者は、一般の避難所では空き教室などを利用した福祉避難スペースが必要に応じて設けられます。その後、要配慮者二次避難所が開設されたら順次移送判断されるため、まずは一般の避難所に向かいましょう。

○非常時に持ち出したいもの

- 健康保険証や介護保険証など(コピーでも)。
- 普段服用しているお薬とお薬手帳
- 現金、小銭
- 緊急連絡先一覧(家族や医療機関など)
- マスク、消毒液



○非常時にむけて備蓄しておきたいもの

消費期限のある備蓄品(食品や水、電池など)は定期的に古いものから消費し、消費した分を補充するローリングストックを行うと、無駄がありません。栄養剤や特別な形態の食事は災害時には手に入りにくくなるため、一週間分は用意しておくとい良いです。

【日用品・生活用品】

- 懐中電灯、ヘッドランプ、ランタン
- ヘルメット等
- 携帯ラジオ
- 予備電池、充電式バッテリー
- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ
- 石けん
- ドライシャンプー
- 口腔ケアシート、マウスウォッシュ、歯ブラシ、歯磨き粉
- ポリ袋
- ゴミ袋
- ラップ
- アルミホイル
- 給水袋、タンク
- 食器(紙皿、紙コップ、割り箸、スプーン)

□カセットコンロ、ボンベ

□マッチ、ライター

□軍手

□新聞紙

□簡易トイレ

□おむつ

□お尻ふき

□生理用品

□マスク

□消毒液

□体温計

□ハンカチ、風呂敷

□エマージェンシーシート

□使い捨てカイロ

□タオル、バスタオル

□予備の眼鏡、コンタクトレンズ

□防犯ブザー、ホイッスル

□筆記用の紙とペン、油性マジック

□ガムテープ

□救急用品(絆創膏、包帯など)

□医療的ケア物品(カニューレ、胃瘻物品、ストーマ用具、吸引チューブ、カテーテル、生食、蒸留水など)

