



地震が起きたとき、何より優先すべきは自分自身の安全確保です。火の始末や脱出口の確保も大切ですが、それは思ったとおりに行動でき、自分が安全だと判断できてからのこと。大きな揺れで動きがままならない場合には、落下してくるもの、倒れてくるものから身を守り、揺れがおさまってから行動しましょう。

地震が起き、ガラスときたら自分の安全確保が最優先

社協の防災P1

災害時に備え、皆さんの安心・安全な暮らしのために、防災に役立つ知識や情報を提供いたします。

1 ぐわいという時のために！備えておきたいこと

防災チェックシート 非常持ち出し品を用意しよう！

災害による避難時、その後の避難生活等で必要なものをそろえ、リュックサック等（※避難時に両手が使えるよう）に入れ、目に付きやすい場所に置いておきましょう。

※入れておくものは、家族構成などによっても異なります。

非常食

- 飲料水 缶詰 お菓子類 乾パン
- 割り箸 紙皿 紙コップ 缶キリ 栓抜き

※飲料水・食品（調理不要なもの）は3日分程度を用意し、定期的に点検、交換する。

衣類・寝具

- 下着 靴下 防寒具 雨具 タオル
- ハンカチ 寝袋 毛布 使い捨てカイロ

防災用品

- 携帯ラジオ 懐中電灯（1人に1個） 予備の電池 万能ナイフ
- ロープ マッチ/ライター ろうそく 周辺地図
- ホイッスル（緊急合図用）
- ビニールシート（敷物、雨よけ用） ヘルメット マスク 軍手

貴重品

- 現金 10円玉（公衆電話用に多めに） 預金通帳
- 印鑑 健康保険証 運転免許証 証書類

※コピーをとれるものは予めとっておく。

救急医療品

- 消毒液 傷薬 ばんそうこう 包帯 風邪薬
- 胃腸薬 常備薬

日用品

- 洗面具 ティッシュ ごみ袋 筆記用具
- 予備のメガネ 乳幼児用品 生理用品 介護用品



P×M

【マグニチュード】
地震そのものの大きさ

【震度】
それぞれの場所ごとの揺れの大きさ

- 宮城シマダヤ(株)……うどん (一八〇〇食)
- 太子食品工業(株)古川清水工場……豆腐 (一〇〇丁)、納豆 (一五〇ケ)
- 匿名……タオル (五〇枚)
- 守屋魚店……食材多数
- ◎**松山支所**
- 食べ処・飲み処 番屋……お弁当
- ボランティア団体 ひのきしん
- 代表 高橋 伸実……食材・日用品 等多数
- 介護福祉事業部 四季のめぐみ
- 匿名……マスク (八箱)
- 匿名……介護用品類
- 匿名……衣類等
- 匿名……布団、シーツ、タオル類 等 (七点)
- ◎**鹿島台支所**
- (有)おやしき弁当……白米 (三袋)
- (有)ダイヤファーム 代表取締役 阿部 雅良……野菜 (七ケース)
- (有)マルセンファーム……デリシヤストマト (三〇ケ)
- 鹿野 秀男……白米 (三〇kg)、餅米 (三〇kg)
- 広長長寿会 代表 高崎 庄一……デリシヤストマト (二袋)、タオル (一箱)
- 川島 幸枝……栄養ドリンク (二〇本)
- 本 征次……水 (二リットル二本)
- 佐藤 勇治……デリシヤストマト (九〇kg)
- 匿名……タオル (二箱)
- 匿名……卵 (五〇ケ)、紙パックジュース (二二本)
- ◎**岩出山支所**
- 匿名……大根 (二袋)
- 栗駒ファーム(株) 中新田工場……卵 (三〇〇個)
- ◎**敬風園**
- 本田 民夫……野菜類
- 藤和建設(株) 代表取締役 藤原 規幸……米、野菜類等多数
- 菊地 日出男……介護用品 (三袋)
- 齋藤 久子……ぶなしめじ、白ふなしめじ、エリンギ (各一箱)、レタス (株)ユダ 代表取締役 湯田 勝……米、野菜類
- 板林 雄二……介護用品 (五箱)
- (株)仙北商会……乾パン (二箱)
- 佐々木 芳江……介護用品、菓子類 (一四箱)
- 末永 三郎……塩蔵わかめ (二袋)
- 菅野 正子……ミネラルウォーター (二箱)、とろみ (二袋)
- 鬼首地域づくり委員会・鬼首女性 ネットワーク……衣類一式
- 医療法人 あけぼの会 花園病院 事務長 寺邑 文孝……体温計、マスク、タオル、石鹸、介護用品一式
- 匿名……灯油、ガンリン



- 大崎市共同募金委員会**
- 皆様からお寄せいただいた義援金は、宮城県共同募金会を通じて被災地に送られ、復興支援のために役立てられます。
- ありがとうございます。
- ◆**義援金** (敬称略)
- ◎**本所**
 - 株式会社池月道の駅 三、〇〇〇、〇〇〇円
 - 株式会社ロイズコンフレクト 三〇、〇〇〇円
 - ◎**古川支所**
 - 大崎市社協 清滝支部 三〇、〇〇〇円
 - 古川高等学校 職員一同 八七、二六四円
 - 狩野 正昭・弘代 一〇〇、〇〇〇円
 - ◎**松山支所**
 - 小野 昌子 一〇、〇〇〇円
 - ◎**三本木支所**
 - ひまわりハーモニカ 二〇、〇〇〇円
 - 大豆坂地蔵尊奉賛会 二〇、〇〇〇円
 - 佐藤 成臣 一〇、〇〇〇円
 - 三本木フラスタークル 五〇、〇〇〇円
 - 三本木ダンス愛好会 一〇、〇〇〇円
 - ◎**岩出山支所**
 - 笠原 絵里加 他十八名 八、四〇九円
 - 結城 りや 一、〇〇〇円
 - 大学町茶笑会 九、〇〇〇円
 - 岩出山ボランティア友の会 二〇、〇〇〇円
 - 大崎市身体障害者福祉協会 二〇、〇〇〇円
 - 岩出山地区会 五〇、〇〇〇円
 - 匿名 二、二五〇円
 - ◎**田尻支所**
 - 千葉 勝司 一〇、〇〇〇円