

# パーソナルアシスタント町田通信

VOL. 64 2011年3月発行

## ◇災害時対策の再確認

2011年3月11日、東北地方において大地震が起きて甚大な被害が出ています。またマグニチュード7以上の余震もあると言われており注意が必要です。

市民防災安全課の防災パンフレットを基にまとめました。参考にして下さい。

- ・ 災害に備えて、貴重品（通帳、印鑑）と身分証はまとめておく
- ・ 現金をある程度用意しておく
- ・ 防災ずきん（頭部保護、ヘルメットでも代用可能）
- ・ 食料と水の備蓄（利己的な買い占めは控えること）
- ・ 災害時に外出していた場合は、無理な帰宅は避けて災害伝言板で連絡
- ・ 自宅（勤務先）の避難方法を再度確認する
- ・ 無用な外出は控え、外出時は避難経路及び避難場所の確認をする
- ・ 家具などへの転倒防止器具の取り付けの確認

### 【用意しておくもの】

食器、缶切り付ナイフ、筆記用具、ライター・マッチ、ライト・ろうそく、携帯ラジオ、予備の電池、タオル、石けん、ティッシュペーパー、トイレトペーパー、下着類、シート・毛布、ポリ袋、固形燃料

※ 利用者様とサービス提供責任者及びヘルパーさんは避難経路と避難場所を再確認して下さい。

※ 利用者様とサービス提供責任者及び事務局は、シフト表を確認して、災害時に利用者様が一人にいるかヘルパーといるのかすぐにわかるようにして下さい。

宮城、岩手、福島の被災者の方たちのことを考えると胸が痛みます。私たちは今できることをやっていきましょう。募金、節電など、どんなことでも構いません。助け合ってみんなの力で乗り切りたいと思っています。

## ◇救急箱について（衛生委員会報告）

ちょっとした怪我や病気になったとき、応急処置の際使用するために薬品や医療用品・器具を入れておくのが救急箱。いざという時に使用できるよう必要な物を常備しておくことが大切です。

### ○救急箱に常備する薬品・医療用品・器具リスト（一般例）

- 風邪薬
- 体調に応じた常備薬（頭痛薬・胃腸薬・整腸薬など）
- 軟膏（虫さされ、やけど、切り傷など）
- 消毒液
- 絆創膏
- 滅菌ガーゼ（止血、傷口の保護など）
- 包帯（患部の固定）
- テープ（包帯などの固定）
- 綿棒（小さい傷口の手当てなど）
- 体温計
- ピンセット
- はさみ（包帯やガーゼを切る時など）

（救急箱とは別に、感染症予防としてマスクやゴム手袋も常備しておくといいでしょう）

### ○救急箱の管理について

必要な時に安全に使用できるよう、年に一度は救急箱の中身を確認し、補充した方がいいもの、欠品しているもの、新たに加えた方がいいもの、使用期限を過ぎているものなどはないか点検しておくといいでしょう。また保管場所は直射日光のあたらない、湿気がなく涼しいところに保管しておきましょう。

---

救急箱に入れる物は使用する人によって異なります。各利用者さん宅でも、救急箱に何を入れておくといいかなど、時折ヘルパーさんたちと話し合ってみてはいかがでしょうか。救急箱の中身をどのような場合にどのように使用するのか、救急箱の置き場所を各自が把握しているかなども確認しておくといいでしょう。

---