

よこすか訪問看護ステーション

風のたより47号

R8年3月 発行

今回は、**災害**についてのお話です。

災害時、誰もが優先すべきことは、自分自身の安全の確保です。災害の種類や程度によって大きく異なりますが、消防や自治体がすぐに対応できないこともあり、自宅で災害に見舞われた場合には、まず自分たちで行動することを余儀なくされる場合もあります。そういったケースを念頭に置き、どうすればよいかなどを**日頃から準備、話し合っておくことが重要です！**



↓ BCP 対策（自然災害時など緊急時に、どのようにしたら事業を継続できるのか、など）について話し合っています。



備えについて

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておく、その保管場所も考えておくことも大切です。さまざまな場所で情報発信されていますが、例えば...

- 飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）
- 非常食 3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、缶詰、干物、乾パンなど
- トイレットペーパー、トイレを流したりするための生活用水、ティッシュペーパー、携帯トイレ・簡易トイレ、マッチ、ろうそく・カセットコンロ など

*大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

他にも、**避難時に持ち出す物の準備や、安否確認の方法を決めたり、避難場所や避難経路の確認をしておきましょう！**



三浦の河津桜



新スタッフ紹介

おまたせしました！
私達のチームに頼もしい
ピースがそろいました！！



訪問看護師の丸田美穂です。

趣味はスポーツ観戦 🏆
特にバレーボール、マラソンが
大好きです！！
よろしくお願いします。



公益財団法人・横須賀市健康福祉財団

よこすか訪問看護ステーション

編集 富樫 青山 市毛

