

あったかふれあいセンターさが便り NO.70 2月号

北陸は新年早々に大きな地震に襲われ、たくさんの方が今も不自由な生活を強いられています。被災された皆様には、心からお見舞い申し上げます。募金活動などで、少しでも力になればいいですね。地震も津波も、私たちに無関係ではありません。日ごろから防災意識が高い私たちですが、この機会に再度、持ち出し袋の点検や避難場所の確認を行うなど、もう一度地震に対する備えを見直してみましよう！

非常持ち出し袋の中身！何が必要が考えてみませんか？

- ・水
- ・食料（レトルト食品、乾パン、チョコ等）
- ・下着、靴下、軍手
- ・ホイッスル、防犯ブザー
- ・レインコートやカイロ（防寒！）
- ・懐中電灯やランタン、携帯ラジオ、予備電池
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬）
- ・マスク、消毒用アルコール（感染対策！）
- ・歯磨きセット、ウェットティッシュ



※その他、**子供がいるご家庭では子供用のオムツやミルク、おしりふき等**が必要ですし、**高齢者は入れ歯や杖、眼鏡が必要な方が多い**と思います。**持病のある方はお薬手帳や、予備のお薬を準備**をしておいたほうが安心だと思います。

防災袋の中身は必須のものと、**個人で個別に準備が必要なもの**もあります。いつ来るかわからない地震の備えは大変ですが、気にしておきたいですね。



一緒に
オセロ♪



健康チェックの
お手伝い。

毎月の佐賀小
3年生との交流
は、みんなとっ
ても楽しみにし
てます♪

あったかさが、1月の風景



皆でラジ
オ体操🎵

