



재해대책 체크리스트 (자력 구제편)



※ 뭐가 필요한지는 가족구성이나 주거지역에 따라 다릅니다.
평소부터 가족과 이야기합니다.

자신을 지킨다

【흔들리고 있을 때】

- ①전도의 우려가 있는 가구 등으로부터 떨어져 있다
- ②책상 밑 등에 들어가서 낙하물로부터 자신을 지킨다
- ③옥외로 뛰어나가지 않는다

【셰이크 아웃】

- ①자세를 낮춘다
- ②머리를 보호한다
- ③가만히 있다



【흔들림이 그쳤을 때】

- ①출화방지
 - 가스관을 잠근다
 - 콘센트를 뽑는다
 - 전기 브레이커를 끈다
- ②불이 나면 침착하게 소화
 - 소화기등을 활용
- ③탈출구 확보
 - 문,창문을 연다



집 안의 안전대책

과거에 일어난 지진에서는 많은 사람들이 넘어져 온 가구 밑에 깔려 사망하거나 큰 부상을 입었습니다.
대지진이 발생했을 때는 “가구는 반드시 넘어지는 것”이라고 생각해서 방재대책을 강구할 필요가 있습니다.

☒ 뉴타비산 방지 ☐ 가구 전도 방지
☐ 식기 튀어나옴 방지



휴대전화,집전화 회선규제시에 유효한 연락수단

【재해용 전언 다이얼「171」】 ※ 대규모 재해발생시에 시작되는 음성 전언판

전언「녹음」방법

- ①「171」을 누른다
- ②음성가이드에 따라 「1」을 누른다
- ③자신의 전화번호를 입력
- ④전언을 녹음한다(30초이내)

전언「재생」방법

- ①「171」을 누른다
- ②음성가이드에 따라 「2」를 누른다
- ③안부확인하고 싶은 분의 휴대전화번호를 입력
- ④전언이 재생된다

【휴대전화 각회사의 재해용 전언판】

①각회사의 톱메뉴에서 「재해용 전언판」을 연다

전언「등록」방법

- ②「등록」을 선택
- ③전언을 입력(최대100글자까지)

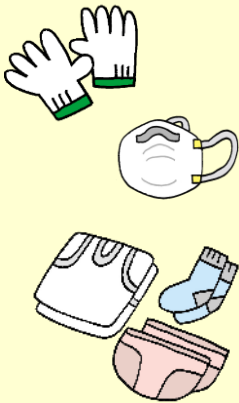
전언「확인」방법

- ②「확인」을 선택
- ③안부확인하고 싶은 분의 휴대전화번호를 입력
- ④전언을 본다

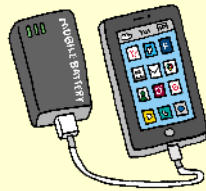
※뒷면에는 방재용구 체크리스트가 있습니다!
확인해 주십시오!!

【 비상시 반출품 리스트】

- ☐ 배낭
- ☐ 헬멧
- ☐ 장갑
- ☐ 마스크
- ☐ 티슈
- ☐ 수건
- ☐ 속옷
- ☐ 세면용구
- ☐ 식품
- ☐ 물
- ☐ 안경(콘택트렌즈 용품)
- ☐ 제균시트



- ☐ 우비
- ☐ 회중전등
- ☐ 전지
- ☐ 휴대전화
- ☐ 충전기(휴대전화용)
- ☐ 라디오
- ☐ 인감,통장,현금
- ☐ 라이터
- ☐ 나이프
- ☐ 여성용품
- ☐ 의약품



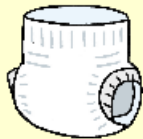
【 영유아】

- ☐ 이유식,분유
- ☐ 젖병
- ☐ 소독용품
- ☐ 종이 기저귀
- ☐ 엉덩이 물수건



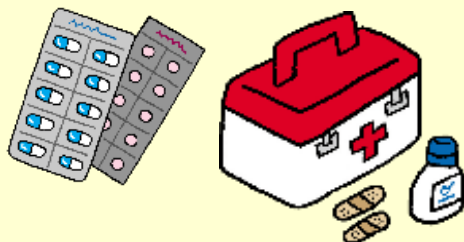
【 고령자】

- ☐ 틀니
- ☐ 간병식
- ☐ 어른용 기저귀



【 병이 있는 분】

- ☐ 주치의 연락처
- ☐ 지병약메모(과거에 받은 약리스트)
- ☐ 지병약



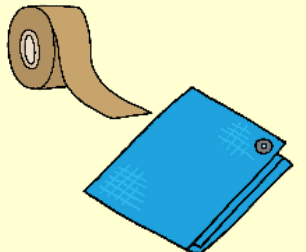
【 비축품리스트】

- ☐ 워터 탱크
- ☐ 카세트 곤로
- ☐ 카세트 가스
- ☐ 음료수
(1명 1일 최저 3리터)
- ☐ 식품
(알파 쌀,통조림,레토르트 식품, 과자, 영양보조식품 등)
- ☐ 건전지
- ☐ 강통따개
- ☐ 담요
- ☐ 의류
- ☐ 양초
- ☐ 간이 화장실
- ☐ 향균,소취제
- ☐ 구급세트
- ☐ 알코올 소독액



【 기타】

- ☐ 랩
- ☐ 쓰레기 봉투
- ☐ 접착테이프
- ☐ 비닐 시트



【 애완동물】

- ☐ 동물병원 연락처
- ☐ 리드
- ☐ 케이지
- ☐ 애완동물용 식품
- ☐ 배설용품



※ 본 체크리스트에 대해서는 아이치현 자료를 참고로 작성하고 있습니다.

일본에서는 매년 각지에서 대규모 지진이나 풍해,수해 등 재해가 발생하고 있습니다.

자신의 지역에서도 언제 재해가 발생할지 모릅니다.

재해가 발생했을 때 먼저 자신이나 가족의 생명을 지키기 위해 즉 「자력 구제」를 위하여 가족으로서의 대비책을 체크해서 재해에 대비하는 것부터 시작합니다.

※ 시정촌에서 작성하고 있는 피해예측지도를 확인하여 피난장소 및 거기까지의 안전한 경로도 확인합니다.

