

减少自然灾害时的损失，防灾常识！

■紧急携带品参考清单……

重要的是做好防止灾难的准备！

- 携带用饮料水
- 食物（方便面、罐头制品、饼干等）
- 贵重物品（存款存折/印章、钱）
- 急救用品
- 手套（要厚的物品）
- 电筒
- 日常衣物（睡衣、毛线衣等）
- 内衣等衣物
- 毛毯
- 携带用收音机和预备电池
- 火柴、蜡烛
- 一次性保暖贴
- 湿纸手巾
- 笔记用品

有婴幼儿小孩的家庭

- 奶粉
- 尿不湿一次性纸尿布
- 奶瓶

紧急携带品（一人份额）的参考量……

大致3日的储备

- 饮料水 9升（3升×3日）
- 米饭（灾害时用米饭 4~5食）
- 饼干 1~2箱
- 板巧克力 2~3箱
- 干面包 1~2箱
- 罐头制品 1~2罐
- 内衣 2~3套
- 日常衣物（睡衣、毛线衣等）



■泥石流、滑坡、塌方等土砂灾害是有前兆现象的！大家平时就要做好防止土砂灾难的准备！！

我们居住的上田地区周围有很多的山脉、贯穿中央的是日本最长的大河《千曲川》，是一个自然十分丰富的城市，但容易发生泥石流、滑坡、塌方等土砂灾害。土砂灾害会在一瞬间夺走我们宝贵的生命和重要的财产。在土砂灾难中保护重要的家庭成员，要求大家密切注意大雨注意警报、大雨警报等有关气象情报，遇到连续的大雨、地面出现裂缝等，自己感觉到有危险时要尽早地进行避难。还有平时要做好对住处周围容易发生危险的地方、避难的途径等的确认！

简单介绍土主要砂灾害的前兆现象

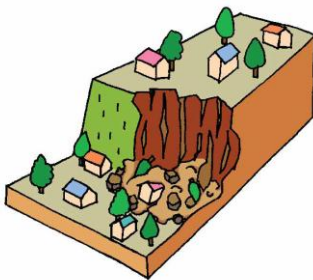
●泥石流

- 发生山鸣现象
- 天继续地在下雨，但河流的水位下降
- 河水浑浊、开始有漂流的木材



●塌方

- 在悬崖峭壁上可见裂缝
- 从悬崖上有水喷出现象
- 悬崖上有小碎石啪啪落下的现象
- 悬崖上有树根被砍似的声音



●滑坡

- 溪谷、井水等发生浑浊
- 在地面上可见裂缝
- 在斜坡上有水喷出现象
- 住宅等建筑物、围墙、电信柱有倾斜现象
- 家等建筑物、围墙产生

