

お知らせ

## 災害時要配慮者への支援 誰一人取り残さないために

### 防災手帳(個別支援プラン)を作成しましょう

防災手帳は、災害時に必要な医療情報や避難時に必要な配慮・支援内容、緊急連絡先などを記入するものです。作成することで、災害時に必要な支援を平常時から考えることができ、発災時も落ち着いて行動できるようになります。

また、本人だけでなく支援者と一緒に作成することで、情報を共有することができます。

防災・救急医療情報セットや防災袋に入れて、避難するときは必ず持ちましょう。

### 防災手帳

～災害時個別支援プラン～

この手帳は、災害が発生して避難するときに、必要なことを記入しています。災害が発生したときや困っている様子を免けたら、支援をお願いします。

ふりがな	新規
本人氏名	更新
作成者	(実父・実母・家族・知人・医師など)
作成年月日	年 月 日
防災・救急医療情報セット	有・無

～1～

### 要配慮者向け防災行動マニュアルを配布しています

要配慮者が災害時に備えておくべきことや、取るべき行動などを掲載した冊子です。中には防災手帳(上記参照)も掲載しています。

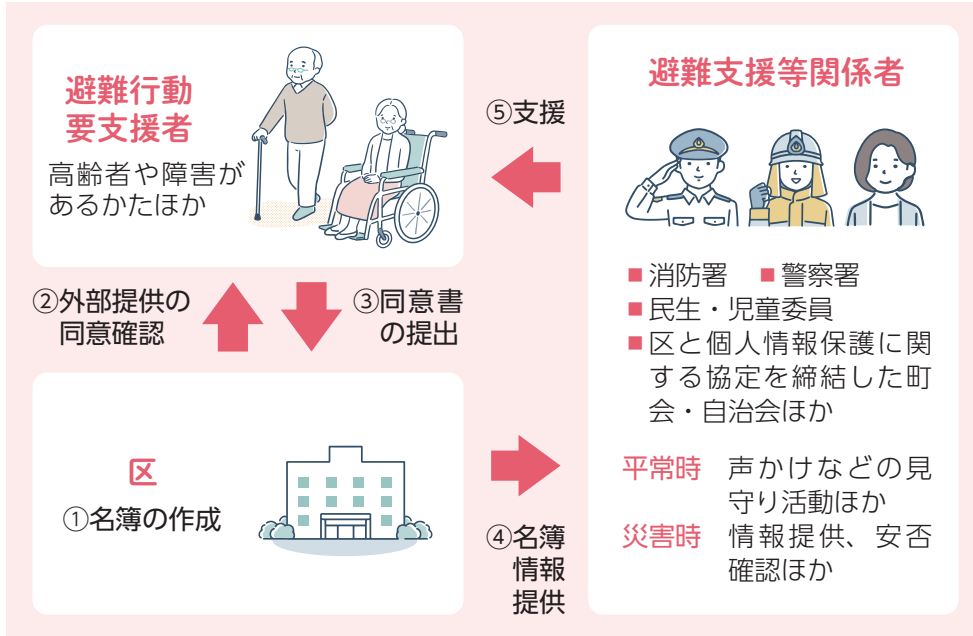
その他にも、ハザードマップや非常用持出品チェックリストなど役立つ情報が盛りだくさんです。総合庁舎本館2階健康福祉計画課・福祉総合課・高齢福祉課・障害施策推進課、地域包括支援センターで配布するほか、[区Web](#) (コード①) でご覧になれます。①



### 避難行動要支援者名簿を作成しています

災害時要配慮者のうち、特に避難支援が必要なかたを避難行動要支援者として、名簿を作成し、災害時には安否確認や避難支援に使用します。さらに、要配慮者から同意を得た場合には、避難支援者へ名簿情報を提供し、声かけや見守りなど、日頃からの関係づくりに活用します。

名簿の登載要件などの詳細は、[区Web](#) (コード②) をご覧いただくか、お問い合わせください。



図健康福祉計画課要配慮者支援係(☎5722-9689、FAX5722-9347)

催し物

## 耐震フェア 地震から命を守る建物の耐震化



区には、耐震化のためのさまざまな助成制度があります(コード③)。大切な命と財産を守るため、建物の耐震化を考えてみませんか。

時9月18日(水)～20日(金)  
場総合庁舎本館1階西口ロビー

パネル展示(9:00～17:00)

木造住宅の耐震のための改修工法や装置を展示します。

木造住宅の耐震無料相談会(10:00～16:00)

図面などを持参すると、より具体的な相談ができます。希望者は、当日会場へお越しください。



▲パネル展示



▲木造住宅の耐震無料相談会

### 都耐震キャンペーン

耐震に関するフォーラムやセミナー、展示会など、さまざまなイベントが開催されます。詳細は、都耐震ポータルサイト(コード④)をご覧ください。

時9月1日(日)～7年1月17日(金)

図耐震キャンペーン事務局(☎042-794-9995)



図建築課耐震化促進・狭あい道路整備係  
(☎5722-9490、FAX5722-9597)



今回の  
食べきり食材

非常食の  
クラッカー

期限が近づいたらおいしく食べ  
切ってローリングストック!



### 防災クラッカーガレット

#### 作り方

- クラッカーを袋の上から押さえて細かく砕く
- ジャガイモはたわしでよく洗い(芽や緑になった部分は必ず取る)、千切り用のスライサーがあれば使い、無ければ6cm×5mm角くらいの細切りにする(水にさらさない)
- ハムは長さ6cmの細切りにする
- ボウルに①～③を含めた全ての材料を入れて混ぜる
- フライパンに④を入れて直径18cmくらいに広げる。中火でふたをして約3分加熱する
- ⑤を裏返して押さえながら約3分加熱する
- 切り分けて完成

#### 材料(4人分)

非常食のクラッカー 13枚(約50g)  
ジャガイモ 1個(80g)  
ハム 35g  
ホールコーン 25g  
溶けるチーズ 25g  
小麦粉 大さじ1と1/2  
牛乳または水 50ml

\*ハムはベーコンやウインナー、ツナ缶でも可

\*ジャガイモは水につけないことでまともりやすくなる

MGR100は、M(目黒)・G(ごみ)・R(リデュース)・100グラムの略称。1人1日100gのごみ減量を目指すための合言葉です。

非常食でつくる、他のレシピも公開中!



図清掃リサイクル課計画普及係(☎5722-9883、FAX5722-9573)