

防災にお役立ち



各地で地震や大雨、ゲリラ豪雨など大きな災害が起きています。
もし、自分たちが災害にあってしまったら、どうしたらよいのか困ってしまいますよね。
このコーナーでは、自分や家族などを守るために災害が起きてしまったときに役立つ情報を紹介します。

Vol.584 2020年11月号 / 毎月1日発行
編集 / 東郷町入事秘書課広報広聴係

発行時間：午前8時30分～午後5時15分 発行日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始
〒470-0198 愛知県愛知郡東郷町大字春木字羽根六1番地
☎0561-38-3111 FAX 0561-38-0001 ホームページ http://www.town.aichi-togo.jp/

UD FONT
ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた易やすいデザインの文字を採用しています。

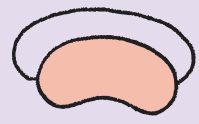
避難所生活でのお役立ちグッズ～睡眠～

災害時の避難所には、段ボールの間仕切りや簡易ベッドが設置されます。これらにより、プライバシーの確保やエコノミークラス症候群などの健康被害を軽減することができます。しかし、避難所での生活は不安や緊張だけでなく、雑音や明るさが気になり、睡眠が十分に取れないこともあります。少しでも質の良い睡眠を取るためには、以下のグッズが役に立ちます。



アイマスク

避難所では深夜でも照明がついていることがあります。



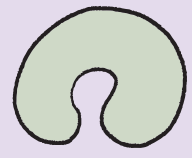
耳栓

大勢の人が避難していると、話し声や足音などの雑音が気になることも。



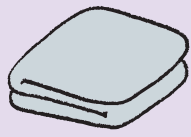
エアクッション、エア枕

首や肩、腰のコリ・痛みが軽減できます。



アルミシート

支給された毛布などだけでは寒い時などに活用できます。



いずれも100円均一ショップで販売していますし
かさばるものではないため
防災グッズの中に用意しておくことをお勧めします。



マチイロ
「広報とごう」
閲覧アプリ

愛♡広報誌
婚姻・出産の記念に
特別な広報誌を
プレゼント

東郷町
Twitter
トッピーの
ぶやき

東郷町公式
Instagram

シティプロモーション動画
「ちょうど級タウン東郷町」

ちょうど級タウン
TOGO TOWN 東郷町

▲ QR コードを読み取ることで視聴できます。



この広報誌は、環境に配慮した
紙とインクを使用しています。