

知っトク お金の話



災害に備えて準備しておくものは？

災害はいつ起こるか分かりません。そのためにも、事前に災害時の必需品を家族と確認し、準備することが大切です。非常時の必需品チェックリストを参考に、備えができていないか確認しましょう。

■非常時の必需品チェックリスト

非常持ち出し品	<input type="checkbox"/> 携帯用飲料水
	<input type="checkbox"/> 食品…カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど
	<input type="checkbox"/> 貴重品…預金通帳、印鑑、現金など
	<input type="checkbox"/> 救急用品…三角きん・包帯（4号・6号が便利）・消毒ガーゼ・きれいなタオル・ばんそうこう（大・小）・体温計・はさみ・ピンセット・キズ口用の消毒液・常備薬（かぜ薬・胃腸薬・痛みどめなど）、安全ピン
	<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん
	<input type="checkbox"/> 軍手（厚手の手袋）
	<input type="checkbox"/> 懐中電灯
	<input type="checkbox"/> 衣類…セーター・ジャンパー類
	<input type="checkbox"/> 下着
	<input type="checkbox"/> 毛布
	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ・予備電池
	<input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく（水にぬれないようにビニールでくるむ）
	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ
	<input type="checkbox"/> 筆記用具…ノート・えんぴつなど
	<input type="checkbox"/> ミルク（小さな子どもがいる家庭）
	<input type="checkbox"/> 紙おむつ（小さな子どもがいる家庭）
<input type="checkbox"/> ほ乳びん（小さな子どもがいる家庭）	
非常備蓄品 （一人分） ※一人最低3日分は 用意しましょう。	<input type="checkbox"/> 飲料水 9リットル（3リットル×3日分）
	<input type="checkbox"/> ご飯（アルファ米） 4～5食分
	<input type="checkbox"/> ビスケット 1～2箱
	<input type="checkbox"/> 板チョコ 2～3枚
	<input type="checkbox"/> 乾パン 1～2缶
	<input type="checkbox"/> 缶詰 2～3缶
	<input type="checkbox"/> 下着 2～3組
	<input type="checkbox"/> 衣類…スウェット上下・セーター・フリースなど
<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	
<input type="checkbox"/> トイレットペーパー	

（出典：総務省消防庁「わたしの防災サバイバル手帳」平成29年3月発行）

※非常持ち出し品、非常備蓄品ともに年に一度はチェックして、新しいものと交換しましょう。

知っク お金の話



ピンクリボン運動って？

ピンクリボン運動とは、乳がんの撲滅、検診の早期受診を啓発・推進するために行われる世界規模の運動です。

厚生労働省の患者調査（平成26年）によると、女性のがん患者のおよそ3.6人に1人が「乳がん」となっており、30代から患者数が増えはじめます。

一方で、乳がんは自己検診でも見つけることができるがんともいわれています。

生協では、早期発見・早期治療と月に一度の自己検診と定期健診の大切さを1人でも多くの方に伝える取り組みを行っています。

具体的には乳がん触診キットの体験を通じて、自己検診の方法を知る機会の提供や、予防・自己検診の方法、備えについて紹介した小冊子の配布などを行っています。

これを機会に、月に一度の自己検診をはじめてみませんか。

※ピンクリボン運動の内容は、生協によって異なります。



知っク お金の話



子どもの事故予防を考えよう

子どもたちを取り巻く危険のひとつが、思わぬ事故（ケガ）です。

子どものケガは、成長過程によって異なります。幼いころは家の中で起こることが多いものですが、大きくなるにつれ、公園、外出先でのケガも増えてきます。

家の中や公園などで、どんなところに注意しなければいけないのかを知っておけば予防することのできるケガもあります。また、万が一、ケガをしたときの手当てを知っていれば、あせらずに対処することができます。

生協では、年齢別の子どもの事故（ケガ）が発生しやすい状況や、やけど、誤飲、異物がのどにつまるなどが起こったときの手当てなどを紹介した小冊子（日本赤十字社監修）を配布しています。

大切な子どもを守るため、あなたも子どもの事故予防について考えてみませんか。

