

うらら訪問看護ステーション防災レター-Vol.8

災害時に役立つ!!身近な物の活用術

例をいくつか紹介させていただきます。その他にも調べると色々な情報が出てきます。興味のある方は是非インターネットなどで検索してみてください。

備える.jp様より拝借

懐中電灯を用いたランタン(周囲を照らす用ではなく電器として使用)



通常の懐中電灯



懐中電灯にビニール袋を被せる。



懐中電灯の上に水を入れたペットボトルを乗せる。

ビニール袋とタオルで簡易オムツ



ビニール袋を縦に裂く→ビニール袋にタオルを置く→お尻に合わせて場所を決める→サイズを調整し両端を結ぶ。

以下例のみ紹介

① 新聞紙で暖をとる

ほかにも暖出すアイテム
・フリースマット
・アルミエアール
・ラップ

厚紙に敷く物
・厚紙
・発熱シート
・発熱ストール

新聞紙で暖を取る方法

段ボール箱で非常用トイレを作ろう!!

段ボールで作る簡易トイレ



新聞紙スリッパ