

*PanasonicリフォームClubは、独立・自営の会社が運営しています。*工事請負契約は、お客様とPanasonicリフォームClub運営会社との間で行われます。

(株)イッシン リファイン おおがき

お問い合わせ先 〒503-0917 大垣市神田町1-76
フリーダイヤル 0120-361-198

いざというとき、大丈夫？ ハザードマップから始めるわが家の災害対策

トレンドキーワード
ハザードマップ

ご存知ですか？ハザードマップ

ハザードマップとは、お住まいの地域がどのような災害に弱いのかを知ることができるマップです。「河川の洪水浸水」のほかに「土砂災害」「地震災害」など、災害の種類ごとにまとめられています。

●まずは、ハザードマップをチェック

01 住まいの災害対策は、自宅の立地を知ることから始まります。

自宅が浸水しやすいのか、それとも地震災害にあいやすいのかで、取るべき対策が変わってきます。効率よく備えるためにも、ハザードマップを確認しておきましょう。

国土交通省のポータルサイトでは、「重ねるハザードマップ」と「わがまちハザードマップ」という、2種類のハザードマップが公開されています。はじめに「わがまちハザードマップ」をチェックし、ハザードマップが作成されていない地域の場合は「重ねるハザードマップ」をチェックして。

国土地理院
URL:<https://disaportal.gsi.go.jp/>



色の濃い地域が災害の被害が大きくなりやすいところだね

いざというときどこに逃げれば安全かな？

わが家はどんな場所に建っているのかな？

家の中の安全対策もしておいたほうがいいわね



●次に、避難経路や避難所を確認

02 万が一の際にどこに逃げるか、防災マップでシミュレーションを。

防災マップは、避難経路や避難場所・防災機関などを示したものです。スムーズに避難できるよう、ハザードマップとあわせてチェックしておきましょう。



Q 防災マップはどこにあるの？
A 防災マップは自治体が発行しています。地域で記載内容が異なるので、お住まいの自治体にお問い合わせください。

●屋内で待機・避難する場合のことも考えて

03 外へ避難しづらい場合も、屋内の安全も確保して。

地震の際に倒れないように家具を固定し、出入り口や通路にものを置かないようにしておきましょう。二階に避難待機することも考えて、階段まわりも日ごろから片付けて。



戸建てで最大
17項目 97箇所診断!



住まいの健康診断「家検」で、メンテナンスが必要な箇所を確かめて。

「被災しやすい災害」へ備えるためにも、一度プロの目で、住まいを点検してもらいませんか。



目の届きにくい場所も



専用検査器具で綿密に





リフォームで解決! あなたの街の Panasonic リフォーム Club におまかせください。

いつもありがとうございます。

こんにちは。寒かったり 暖かったりの毎日ですが、お元気で過ごして
しょうか？ 桃の節句も過ぎて いよいよ春がやってきました。

今月のチラシは『タッチレス』の特集です。某企業様より社員の方が
共用で使用する水栓をタッチレスのものに変えたいとのご要望がありました。
ご家庭での感染防止についても、是非お気軽にご相談ください。
出来る対策を、少しずつでも取り入れていきましょう。

 Panasonic リフォーム Club 
リファインおおがき (株) イッシン

〒503-0917 大垣市神田町1丁目76




0120-361-198

TEL : 0584-82-3611

FAX : 0584-82-3633



 Panasonic リフォーム Club

ヘルス&ケア

「お顔」も体操で、若々しい笑顔を！

鏡を見て、急に自分の顔が老けたと
感じることはありませんか？それは
顔の血液やリンパの流れが滞っている
せいかもしれません。

冷たい外気で顔の血行が悪くなったり、長時間
のマスク着用で目から下が圧迫されることで、
表情筋が固くなり、自然な表情が作れないことが
原因のひとつに考えられます。

こんな時は、表情筋の体操をおすすめします。
意識して顔を動かし、固まった筋肉に刺激を与え、
生き生きした笑顔を取り戻しましょう。



●舌の体操

口を閉じ、舌でゆっくりと歯茎を
なぞるように、時計まわりに10回、
反対に10回まわします。

●「あ・い・う・え・お」体操

この言葉に合わせて、おでこや頬・口
などを大きく動かす体操です。

一つの言葉につき
3~5秒ほど5文字分
を行い、これを3セット
繰り返します。

