

4463 "Your Family Disaster Supplies Kit"

4463 番「家族の非常事態用の緊急生活物資」

;

Disasters happen anytime and anywhere.

≫災害は、いつでも、どこでも起こります。

And when disaster strikes, you may not have much time to respond.

≫災害が襲ったとき、あなたには通報する時間がないかもしれません。

A highway spill or hazardous material could mean evacuation.

≫ハイウェイ流出や危機が迫れば、避難を余儀なくされるかもしれません。

A winter storm could confine your family at home.

≫冬の嵐で、家族が家の中に閉じ込められることもあります。

An earthquake, flood, tornado, or any other disaster could cut water, electricity, and telephones-for days.

≫地震、洪水、竜巻、そして他の災害により、水、電気、電話などが何日も切られたままになる事さえあります。

After a disaster, local officials and relief workers will be on the scene, but they cannot

reach everyone immediately.

≫災害の後、地方公務員や救援活動組織員達の出頭が要請されるとしても、すぐには全ての人に達することができるとは限りません。

You could get help in hours, or it may take days.

≫救済支援の手は数時間で届くことも何日もかかる事も考えられます。

Would your family be prepared to cope with the emergency until help arrives?

≫あなたの家族はその救済支援が着くまで、非常事態に対処する準備ができていますか。

Your family will cope best by preparing for disaster before it strikes.

≫災害に備えて事前に準備することは、家族にとって非常事態にうまく対処出来る事につながります。

One way to prepare is by assembling a Disaster Supplies Kit.

≫1つの準備方法は、Disaster Supplies Kit (非常事態用の緊急生活物資セット)を用意しておく事です。

Once disaster hits, you won't have time to shop or search for supplies.

≫いったん災害が起これば、非常事態用の緊急生活物資の調達や求める時間もないでしょう。

But if you've gathered supplies in advance, your family can endure an evacuation or home confinement.

≫しかし、前もって非常事態用の緊急生活物資を確保していれば、あなたの家族は、避難したり家内の監禁状態あってもしのげるでしょう。

Prepare Your Kit Review the checklist below.

≫あなたの非常事態用の緊急非常生活物資セットを下の照合表を使って準備しましょう。

Gather the supplies that are listed.

≫リストにある非常事態用の緊急生活物資を集めてください。

You may need them if your family is confined at home.

≫家族が自宅で監禁状態にあったら、次の物が必要でしょう。

Place the supplies you'd most likely need for an evacuation in an easy-to-carry container.

≫非難の際最も必要な非常事態用の緊急生活物資を、容易に運べる入れ物に入れておきましょう。

These supplies are listed with an asterisk (*).

≫その非常事態用の緊急生活物資は、リストにアステリスク (*) が付いています。

There are six basics you should stock for your home: water, food, first aid supplies, clothing and bedding, tools and emergency supplies, and special items.

≫家内には 6 つの基本的な物を確保します：水、食物、応急手当用の物、衣類と寝具、工具と、緊急非常用物資、それに特別な物です。

Keep the items that you would most likely need during an evacuation in an easy-to carry container--suggested items are marked with an asterisk(*).

≫避難する際の最も必要な物を、持ち運び易い容器かカバンなどに入れて確保しておきましょう -- 奨励品目にはアストリスク(*)が付いています。

Possible Containers Include- A large, covered trash container, A camping backpack, A duffle bag.

≫おすすめの持ち運び容器やカバンは、大きい目の蓋付きごみ入れ、キャンプ用のリュックサック、ダッフルバッグなどです。

Water

≫水(飲料水を含む)について

Store water in plastic containers such as soft drink bottles.

≫清涼飲料ボトルのようなプラスチックの容器に水を入れておきます。

Avoid using containers that will decompose or break, such as milk cartons or glass bottles.

≫牛乳のパックやガラス瓶のように、外れたり壊れる恐れのあるものは避けます。

A normally active person needs to drink at least two quarts of water each day.

≫通常人は、毎日少なくとも 2 クォート(約 1 リットル)の水を飲む必要があると言われて

Hot environments and intense physical activity can double that amount.

≫ 熱さや環境、そして激しい肉体活動によっては、その量が 2 倍にもなり得るでしょう。

Children, nursing mothers, and ill people will need more.

≫ 子供や乳幼児の母、また病気の人間なら、更に多くを必要とするでしょう。

Store one gallon of water per person per day.

≫ 1 人当たり 1 日 1 ガロン(約 4.5 リットル強)の水を確保する様にしましょう。

Keep at least a three-day supply of water per person (two quarts for drinking, two quarts for each person in your household for food preparation/sanitation).*

≫ 少なくとも 1 人につき 3 日分を確保しておく事がが必要です。(2 クォートが飲料水、更に 2 クォートが食事準備と衛生関係)*

Food

≫ 食物について

Store at least a three-day supply of non-perishable food.

≫ 少なくとも 3 日分の保存食を確保しておきましょう。

Store Select foods that require no refrigeration, preparation or cooking, and little or no water.

≫ 冷却や下ごしらえ、又調理や水等の手間がいない食物を選択することです。

If you must heat food, pack a can of sterno.

≫ 加熱した食物しか採れない人は、sterno の缶詰を入れておきましょう。

Select food items that are compact and lightweight.

≫ 小型で軽量の食品を選ぶようにしましょう。

***Include a selection of the following foods in your Disaster Supplies Kit: Ready-to-eat canned meats, fruits, and vegetables Canned juices Staples (salt, sugar, pepper, spices, etc.)**

≫ *あなたの Disaster Supplies Kit (非常事態用の緊急生活物資)には、次の食品を入れておきましょう。 : すぐに食べられる肉の缶詰、果実や野菜、缶ジュース、基本食品(塩・砂糖・

コショウ・スパイス等)

High energy foods Vitamins Food for infants Comfort/stress foods First Aid Kit
Assemble a first aid kit for your home and one for each car.

≫高カロリー食品、ビタミン類、離乳食品、勇気付け・ストレス解消食品、応急手当用のセット。応急手当用のセットを家庭と車にひとつずつ置いておくと安心です。

A first aid kit* should include: Sterile adhesive bandages in assorted sizes Assorted sizes of safety pins Cleansing agent/soap Latex gloves (2 pairs) Sunscreen 2-inch sterile gauze pads (4-6) 4-inch sterile gauze pads (4-6) Triangular bandages (3) Non-prescription drugs 2-inch sterile roller bandages (3 rolls) 3-inch sterile roller bandages (3 rolls) Scissors Tweezers Needle Moistened towelettes Antiseptic Thermometer Tongue blades (2)

≫*応急手当用のセットには次の物を入れます。：色々なサイズの殺菌ばんそうこう、色々なサイズの安全ピン、石けん類、ラテックス(ゴム製)の手袋(2足)、サンスクリーン(日焼け止め)、2インチ(約5cm)の殺菌ガーゼパッド(4から6枚)、4インチ(約10cm)の殺菌ガーゼパッド(4から6枚)、三角包帯(3枚)、非処方(市販の)薬品、2インチ(約5cm)の殺菌巻き包帯(3本)、3インチの殺菌巻き包帯(3本)、はさみ、刺抜き、針、ウェットティッシュ、消毒液、舌掃除器(2つ)。

Tube of petroleum jelly or other lubricant

≫チューブ入りの潤滑油か他の潤滑剤

Non-Prescription Drugs Aspirin or nonaspirin pain reliever Anti-diarrhea medication Antacid (for stomach upset) Syrup of Ipecac (use to induce vomiting if advised by the Poison Control Center) Laxative Activated charcoal (use if advised by the Poison Control Center)

≫非処方(市販の)薬品、アスピリン、非ピリン系鎮痛剤、下痢止め、抑酸剤(胃薬)、吐剤シロップ(Poison Control Center「劇薬コントロールセンター」によってアドバイスされた、吐き気を引き起こすために使用)、下剤、活性炭(Poison Control Center「劇薬コントロールセンター」によって認められた場合)。

Tools and Supplies Mess kits, or paper cups, plates, and plastic utensils* Emergency preparedness manual* Battery-operated radio and extra batteries* Flashlight and extra batteries* Cash or traveler's checks, change* Non-electric can opener, utility knife* Fire extinguisher: small canister ABC type Tube tent Pliers Tape Compass

Matches in a waterproof container.

≫ 工具やキャンプ用の食器セット又は紙コップや紙皿、それにプラスチック製の食器*。緊急非常事態対応の解説*、乾電池式ラジオと予備電池*、懐中電灯と予備電池*、現金又は旅行者用小切手(トラベラーズ・チェック)、小銭*、手動缶切り、万能ナイフ*、消火器(小型で ABC タイプのもの)、折りたたみテント、ペンチ、テープ、方位磁石、防水容器に入れたマッチ。

Aluminum foil Plastic storage containers Signal flare Paper, pencil Needles, thread Medicine dropper Shut-off wrench, to turn off household gas and water Whistle Plastic sheeting Map of the area (for locating shelters)

≫ アルミ фоль、保存用プラスチック容器、信号灯、紙と鉛筆、針と糸、スポイト、遮断スパナ(家庭ガスや水道を止めるのに使う)、笛、ビニール製の敷物、地図。

Sanitation Toilet paper, towelettes* Soap, liquid detergent* Feminine supplies* Personal hygiene items* Plastic garbage bags, ties (for personal sanitation uses) Plastic bucket with tight lid Disinfectant Household chlorine bleach

≫ 衛生用品、トイレット・ペーパー、ペーパータオル*、石鹸、液体洗剤*、生理用品*、排泄用品*、ビニール製のごみ袋と止め具(排泄物の処理に使う)、しっかり締まる蓋付きのプラスチック製バケツ、消毒液、塩素漂白剤。

Clothing and Bedding *Include at least one complete change of clothing and footwear per person.

≫ 衣類と寝具*、1人当たり最低1回分の全着替えと履き物(靴)を用意します。

Sturdy shoes or work boots* Rain gear* Blankets or sleeping bags* Hat and gloves Thermal underwear Sunglasses

≫ 頑強な靴又は長靴(作業用ブーツ)*、雨具*、掛け布団になる様なもの又は寝袋、帽子と手袋、保温性の下着、サングラス。

Special Items Remember family members with special requirements, such as infants and elderly or disabled persons

≫ 特殊品目：特別な手配の要る乳幼児やお年寄り、又障害を持つ家族の事も忘れない様にしましょう。

For Baby* Formula Diapers Bottles Powdered milk Medications

≫ 赤ちゃん用品*：粉ミルク、おむつ、哺乳瓶、水で溶く粉状のミルク、薬剤薬品、

**For Adults* Heart and high blood pressure medication Insulin Prescription drugs
Denture needs Contact lenses and supplies Extra eye glasses**

≫成人用品*：心臓病や高血圧の薬剤薬品、インシュリン製剤(糖尿病治療用)、処方薬、義歯用品、コンタクトレンズとその用品、予備の眼鏡。

Entertainment Games and books Important Family Documents Keep these records in a waterproof, portable container: Will, insurance policies, contracts deeds, stocks and bonds Passports, social security cards, immunization records Bank account numbers Credit card account numbers and companies Inventory of valuable household goods, important telephone numbers Family records (birth, marriage, death certificates)

≫娯楽品：ゲームや本、家族の重要書類(防水加工の小さな入れ物に保管)、遺言書、保険証券と契約内容書、株券や債券、旅券(パスポート)、社会保障カード(ソーシャル・セキュリティ・カード)、予防注射記録書、銀行口座番号、クレジット・カードとクレジット会社名、価値のある家財の財産資産目録、重要な電話番号、家族の記録書類(誕生・結婚・死亡証明書)。

Store your kit in a convenient place known to all family members.

≫家族全員が分かる便利な場所にこのセットを保管しておきましょう。

Keep a smaller version of the Disaster Supplies Kit in the trunk of your car.

≫あなたの自動車のトランクに、小型の Disaster Supplies Kit (非常事態用の緊急生活物資セット)を一式つんでおく事をおすすめします。

Keep items in airtight plastic bags.

≫空気密閉のビニール袋にこれらの品目を入れておきましょう。

Change your stored water supply every six months so it stays fresh.

≫新鮮な状態が維持できるように、6か月毎に容器の水を入れ替えましょう。

Replace your stored food every six months.

≫また、6か月毎に保存食の交換もしましょう。

Re-think your kit and family needs at least once a year.

≫少なくとも年に1度は Disaster Supplies Kit (非常事態用の緊急生活物資セット)と家族の要るものについて再度考えてみましょう。

≫電池は新品と取り替え、衣服等も新しいものと取り替えましょう。

Ask your physician or pharmacist about storing prescription medications.

≫処方薬の保管については、かかり付けの医者、または薬剤師に尋ねましょう。

**General Disaster Preparedness Information "Your Family Disaster Plan" (ARC 4466)
"Your Family Disaster Supplies Kit" (ARC 4463)**

≫災害対策準備一般についての情報は次を参照してください。"Your Family Disaster Plan"「家族の災害対策」(4466 番)、"Your Family Disaster Supplies Kit"「家族の非常事態用の緊急生活物資」(4463 番)。

General Disaster Preparedness Materials for Children "Disaster Preparedness Coloring Book" (ARC 2200, English, or ARC 2200S, Spanish) for children ages 3-10.

≫子供向け(3 歳から 10 歳)の災害対策準備一般についての情報は次を参照してください。

"Disaster Preparedness Coloring Book"「災害対策準備塗り絵集」(英語版 2200 番、スペイン語版 2200S 番)。

"Adventures of the Disaster Dudes" (ARC 5024) video and Presenter's Guide for use by an adult with children in grades 4-6.

≫子供を持った成人のためのビデオと指導書：「都会人の災害冒険」(5024 番)。

To get copies of American Red Cross Community Disaster Education materials, contact your local Red Cross chapter.

≫災害に関する教育的資料のお問い合わせはお近くの赤十字社へご連絡ください。

The text on this page is in the public domain.

We request that attribution to this information be given as follows: From "Disaster Supplies Kit." developed by the Federal Emergency Management Agency and the American Red Cross.

≫このページの内容は公共機関に属します。この「非常事態用の緊急生活物資セット」の情報は米国連邦緊急事態管理局、及び、米国赤十字社属し、また開発されたものです。