



災害への備え

備蓄をしておきましょう!!

大規模災害では、水道、ガスなどのライフラインにも大きな被害が生じ復旧までにはある程度の時間を要します。また、流通機能も麻痺し物資が手に入らなくなる可能性があります。いざという時のために、家庭でも備蓄をしておきましょう。

備蓄を検討する場合、乳幼児がいる、寝たきりの高齢者がいる、など**家族構成の違いによって、備蓄する物品が異なります。各家庭の状況に応じ、最低でも3日分の備蓄をしておきましょう。**



▶ 備蓄品の例

1 食料	お米やアルファ米、レトルト食品や缶詰、カップ麺・離乳食・粉ミルクなどを準備しましょう。	食料 火を通さずに食べることができ、保存の可能なものにしましょう。	
2 飲料水	水(飲料用と煮炊き用)は大人一人一日あたり、3リットルが目安です。水の配給を受けるための、ポリ容器、給水袋も必要になります。	飲料水 一人一日3リットルを目安にしましょう。	
3 燃料	カセットコンロとガスボンベを用意。ガスボンベは多めに備蓄しておいた方がよいでしょう。	ガスボンベ・コンロ 火がつくかどうかの確認をしましょう。	
4 その他	皿・コップなどの食器類、サランラップ、歯磨き、石けん・ドライシャンプーなどの衛生用品、懐中電灯・ランタン・ろうそくなどの灯り、新聞紙・段ボール・布製ガムテープ、常備薬など。	生活必需品 普段の生活になくてはならないもの。メガネ、生理用品、トイレットペーパーなど。	

安全対策を確認しておきましょう!!

安全と思われる家の中や家のまわりでも、災害時に避難や救助の妨げになったり、落下物によるケガなどの被害を引き起こすおそれがあります。**災害に備えて日頃から確認する習慣をつけておきましょう。**

▶ 家の中の安全対策

 家具の転倒、落下防止のための、金具などで固定する。	 飛散防止フィルムを貼るなどガラスの飛散を防止する。	 重たい荷物は高いところに置かず、床に置いておく。	 出入口付近には物を置かず避難口を確保する。
 停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオと予備の電池を準備しておく。	 住宅用火災警報器、住宅用消火器を設置しておく。	 タコ足配線やコードを束ねて使用しない。	

▶ 家の外の安全対策

- アンテナ、看板などは、針金などを使って補強しておく。
- 壁には亀裂はないか確認しておく。
- 窓枠のがたつきはないか、ひび割れはないか確認しておく。
- 板塀にぐらつきや腐れはないか確認しておく。
- 瓦の割れ、ずれ、はがれがないか。トタン屋根のめくれ、はがれがないか確認しておく。
- プロパンガスボンベが固定されているか確認しておく。
- 物干し竿・植木鉢・自転車などが風で飛ばされないようにしておく。
- その他
 - 農業用水路や、排水溝、雨どいのごみや泥、落ち葉や土砂を取り除いておく。
 - 電気の引込線のたるみや破損があったら電力会社に連絡する。