1 わが家の防災対策

最低限揃えておきたいもの

懐中電灯

できれば一人にひとつ用意。予備の電池と電球も忘れずに!

非常食・水

缶詰など、火を通さずにたべられるものを。乳幼児がいる場合には粉ミルクなど。

携帯ラジオ

小型で軽く、ＡＭとＦＭの両方を聞けるものを用意。予備の電池は多めに!

救急薬品 常備薬

キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬など。常備薬があれば忘れずに!

貴重品

現金、預金通帳、印鑑、免許証、健康保険証など。現金は硬貨も便利です。

その他

ヘルメット (防災ずきん)、衣類、ライター (マッチ)、ナイフ、ビニール袋、紙おむつやほ乳びんなど。

災害復旧までの数日間自活するため用意するもの【二次持出品】

非常食

缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品、チョコレート・アメなどの菓子類、調味料など。

飲料水

一人当たり、１日３リットルが目安。缶入りやペットボトルのミネラルウォータのほか、ポリ容器に水をためておくのも便利。

その他の持ち出し品

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベのほか、毛布、寝袋、洗面用具、ラップ、使い捨てカイロ、ロープ、バール・スコップなどの工具、マスク、トイレットペーパー、新聞紙、簡易トイレ、予備のめがね、バイク・自転車、ドライシャンプーなどがあると便利。

必要な防災グッズは必ず揃えてバッグの中にしまってすぐに持ち出せる状態にしておくことが大切です。普段使うことがないからといって、押し入れの奥や棚の奥にしまっている人も少なくはありません。実際に避難する時は一分一秒を争っている状態なので、押し入れの中を探している暇はありません。揃えた防災グッズは、玄関などのすぐに取り出せるところに置いておくことが一番重要です。

最低でも３日分、できれば１週間分を目安に備蓄を行いましょう

ポイント

非常に広い地域に甚大な被害が及ぶ大災害の場合、食糧などの支援物資がすぐに届かないおそれがあります。そのため、ご家庭で非常食などを備えておく事も大切です。