

備蓄及び非常時の持ち出し品の準備

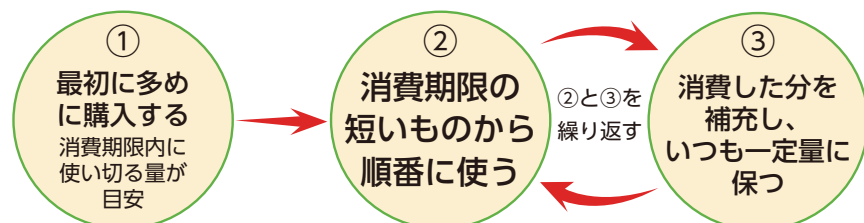
大規模な災害が発生すると、水や電気などのライフラインは停止し、流通機能もマヒします。このような事態を想定し、食料や水、生活用品など、災害時に必要となる物を普段から備えておく必要があります。

どのような物をどれだけ備えるかは、一人ひとり異なってきます。また、災害時に必要な物は、時間の経過に伴って変化していきます。

長期間の対応に備え、本ページを参考に、事前に確認・準備しておきましょう。

ローリングストック法について

日頃消費している物を多めに買い、消費しながら蓄えましょう。



災害用の長期保存(3~5年)が可能な保存食を用意することだけが備蓄ではありません。缶詰やレトルト食品など普段利用している食品を最初に多めに購入しておき、日常生活の中で消費したらその分補充すれば、

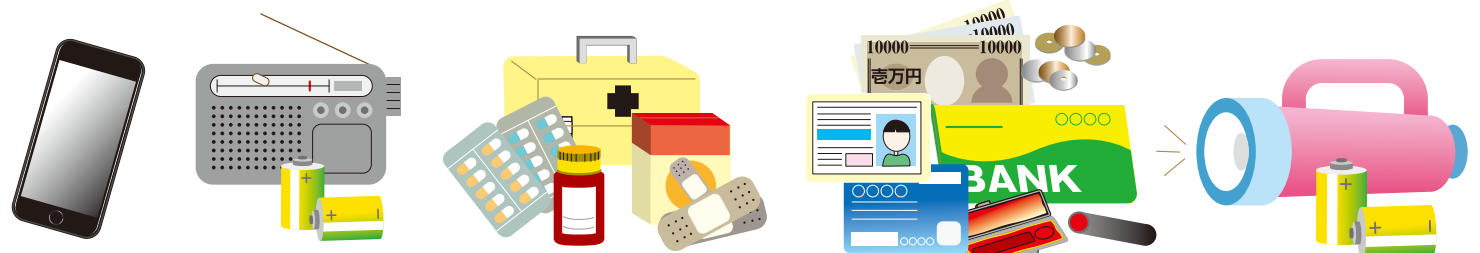
常に一定量を確保することができます。これが「ローリングストック(回転備蓄)法」です。この方法は、ポリ袋やラップなどの生活用品でも使えます。日頃から余分に買い置きしておけば、災害時に大いに役立つでしょう。

冷蔵庫の食料品を有効活用しよう!

多くの家庭では、冷蔵庫にも買い置きや作り置きしている食料品が一定量保管されているでしょう。冷蔵庫も食料品の備蓄場所とみなせば、数食分の食料品は確保できるかもしれません。停電時もしばらくは食材の保管場所として役立つ冷蔵庫。食料品の「備蓄庫」として上手に活用しましょう。

メガネや持病の薬など、災害時に入手しにくいものを最優先に持ち出しましょう。

非常時持ち出し品(例)



携帯電話 又はスマートフォン等

- 携帯電話、スマートフォン
- バッテリーパック、ACアダプター

携帯ラジオ

- 携帯ラジオ
- 電池(多めに用意)

救急医療品

- 常備薬
- 鎮痛剤
- 傷薬
- 包帯
- 風邪薬
- 胃腸薬
- ばんそうこう
- お薬手帳

貴重品

- 現金
- 預金通帳
- 印鑑
- 免許証
- 健康保険証
- 権利証書
- 自宅・車の予備のキー
- カード類

懐中電灯

- 懐中電灯(できれば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

非常食品等

火を通さずに食べられるもの、食器など

- 非常用食品
- 缶詰
- 紙皿
- 水筒
- 缶詰
- ミネラルウォーター
- 栓抜き
- 紙コップ
- 割りバシ



その他

- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- 離乳食
- ウェットティッシュ
- ヘルメット
- ラップフィルム(止血や食器にかがせて使う)
- いいづか防災(本書)

その他

- タオル
- 粉ミルク
- 紙おむつ
- カップ
- ライター
- マスク
- メガネ



災害復旧までの数日間(最低3日)を生活できるようにチェック☑しましょう。

非常時用備蓄品(例)



燃料

- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

飲料水

- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)

非常食品

- お米(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)
- ポリ袋

その他

- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべやかんなど)
- パケツ・各種アウトドア用品など

避難情報

災害から避難するタイミング

災害が発生、又は、災害が発生するおそれが高まった場合、様々な状況(気象や河川・土砂災害等のデータと現地の状況等)を総合的に判断し、避難を促す情報を発令します。

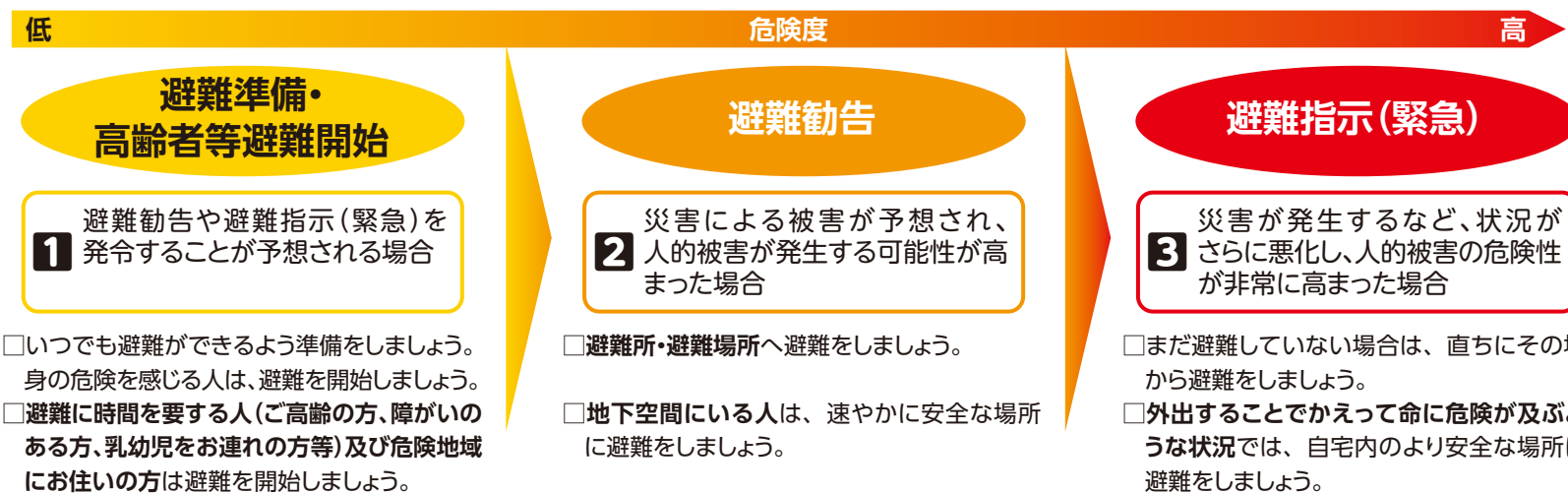
情報には3種類あり、災害による被害の危険度により「避難準備・高齢者等避難開始」「避難勧告」「避難指示(緊急)」の順に発令します。

災害からの避難行動

災害の種別に応じ、避難が必要と判断した場合、以下の情報等を基に避難をしてください。

お住まいの場所や、災害時にいる場所は、一人ひとり状況が異なります。

安全の確保を第一に考え、自らの判断で避難が必要と感じたときはより安全な場所へ避難しましょう。



※これらの情報が発令されていなくても、周囲を見て身の危険を感じる場合は避難を開始してください。

早め早めの行動で、自主避難を希望する場合は、市に連絡してください。

大雨のとき

避難は災害から命を守るための行動です。大雨による災害から身を守る避難行動は、従来、避難勧告等の発令時に行う指定緊急避難場所・指定避難所への避難が一般的でしたが、今後は次の全ての行動を避難行動とします。

屋外が安全で移動できる状態のとき

屋外が危険な状態のとき

※特に、浸水想定区域や土砂災害警戒区域にお住まいの方は、自らが早め早めに判断をして、「危ない」と思ったら、直ちに危険な区域から離れる自主避難をすることが命を守ることになります。

- 指定避難所・指定緊急避難場所への移動**
- 警戒区域等内の自宅などから移動し、安全な高い場所への避難(公園、親戚や友人の家等)**
- 近隣の強固で高い建物等への移動**
- 逃げ遅れた場合**
建物内の安全な場所での待避(家屋内の垂直避難)
周囲が50cm以上浸水した場合など、安全を確保する避難行動として、洪水対策では建物の3階以上の高いところへ、土砂災害対策には斜面と反対方向の高い階への移動が有効です。

地震のとき

大きな地震に伴って、建物の倒壊の危険や火災発生のため、避難が必要なときや、土砂災害の危険が切迫しているとき、または危険物取扱施設の爆発など、二次災害が発生する恐れがあるときに避難勧告、避難指示(緊急)を発令します。

火災のとき

大規模に延焼が拡大するおそれがあるときに避難勧告、避難指示(緊急)を発令します。

その他

人命に危険を及ぼす災害が発生するおそれがあるときに避難勧告、避難指示(緊急)を発令します。

