

防災リーフレット

— 家庭での防災対策 —

非常持ち出し品・非常用備蓄品チェックリスト

家族の3日分*が準備の目安です。

(*最低3日間分、推奨1週間分)

家族構成に応じて準備することが重要です。

食料品関係

- 飲料水 (1人1日3ℓ)
- 家族3日分*の食料
- 缶切り・ハサミ
- 食器類 (皿・スプーン・カップ)

医療品等

- 救急セット (三角巾・消毒薬・軟膏など)
- 家族が常用している薬
- 生理用品
- 紙おむつ・粉ミルク・ほ乳瓶

衣類

- 動きやすい服装の着替え・スウェット・シャツ・セーター・下着・靴下
- タオル・バスタオル

—— 非常食に適した食料 ——
乾パン、レトルト食品 (お粥等の主食)、缶詰、アルファ化米などの他、チョコレート・ビスケット・キャラメル・パウチスタイルゼリー飲料なども有効な非常食になります。

日用品

- 懐中電灯
- ラジオ
- 電池の予備
- ライター・マッチ・ロウソク
- 携帯コンロ
- ガスボンベの予備
- 手袋 (軍手)
- 石けん
- 筆記用具・メモ用紙
- 近郊の地図
- ちり紙・ロールペーパー
- ビニール袋 (大・小)
- ロープ・ガムテープ

貴重品

- 現金 (札と小銭)
- 身分証明書の写し
- 健康保険証の写し
- 預金通帳の写し
- 認印

備えが肝心!わが家の安全対策

地震が起きた時の被害を最小限にとどめるために、

日頃からわが家の安全対策を心がけましょう。

1. 我が家の安全対策をしよう

- 家具類は、器具や留め金などで固定し転倒防止
- 火元のそばに、消火器やエアゾール式簡易消火具の備え
- 家屋の柱、土台、屋根瓦などを点検・補強
- ブロック塀や石塀の点検・補強で転倒を防止
- 非常持ち出し袋を持ち出しやすい場所に用意

2. 家族会議で話し合っておこう!

- 地震の時の避難路と避難場所
- 家族の役割分担 (火気の点検や持ち出し品)
- 家族間の連絡方法と落ち合う場所

覚えておこう! 災害用伝言ダイヤル

大規模災害に遭った時、家族や友人に無事を知らせたい、家族や友人の安否を確認したい。そんな時に利用できるのが、この伝言ダイヤルです。

※携帯電話・PHSからも利用できますが、詳しくは契約されている通信事業者へ確認をお願いします。

被災したAさんが、無事であることを伝えたい

伝言録音 **1 7 1** + **1** + **Aさんの自宅の電話番号**

家族や親戚・友人がAさんの安否を確認めたい

伝言録音 **1 7 1** + **2** + **Aさんの自宅の電話番号**

※これらはあくまでも一般的なものですので、各御家庭にあったものをご用意ください。

※電話番号は、市外局番からダイヤルして下さい。