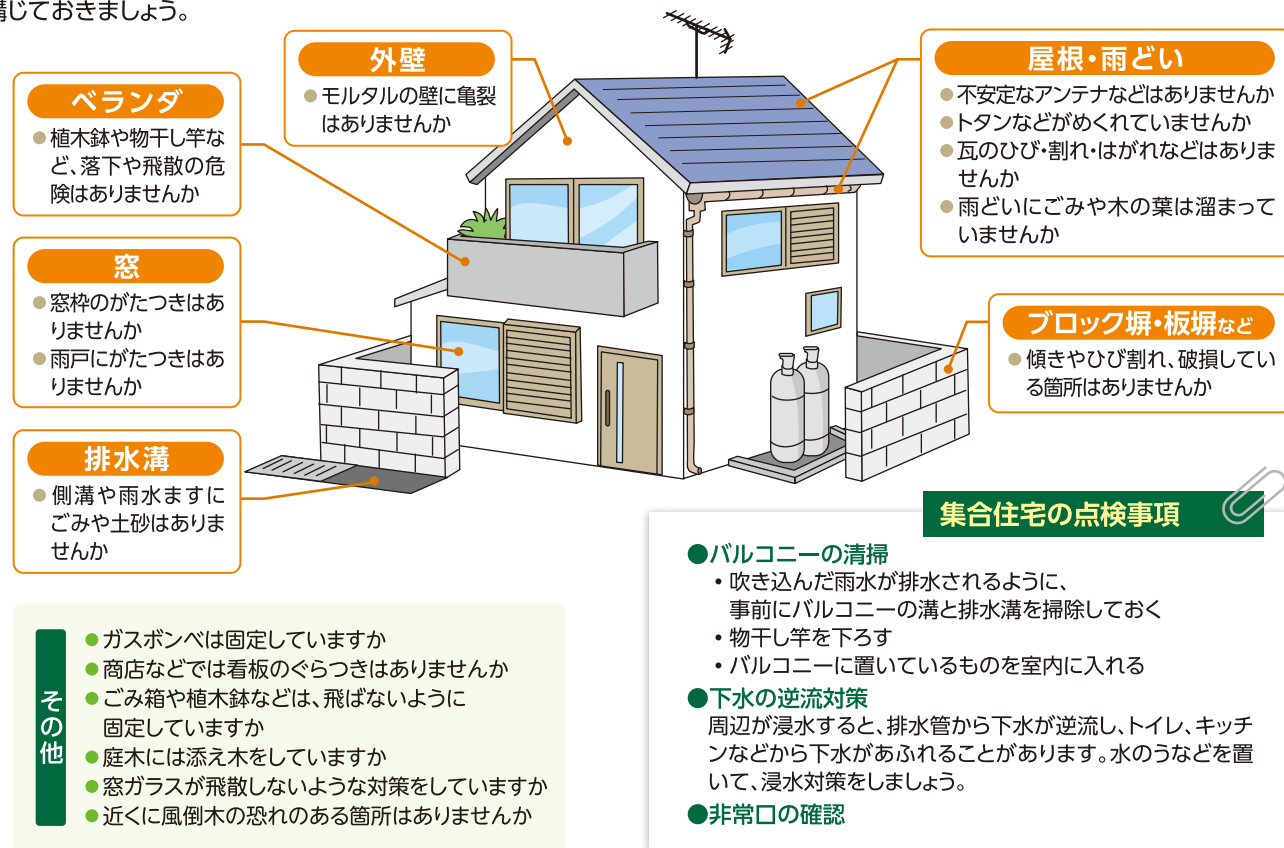




家の災害対策

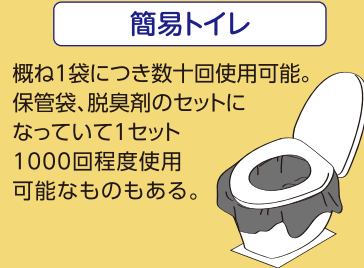
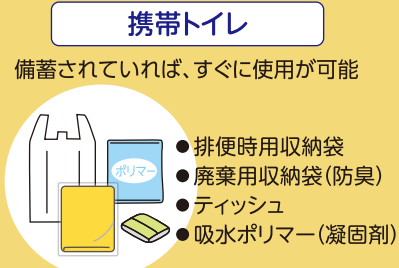
風水害への備え

台風や大雨などによる被害を最小限にとどめるために、日頃から家屋やその周囲の点検・修理・補強を行い、十分な風水害対策を講じておきましょう。



災害時、トイレが使えなくなったら…

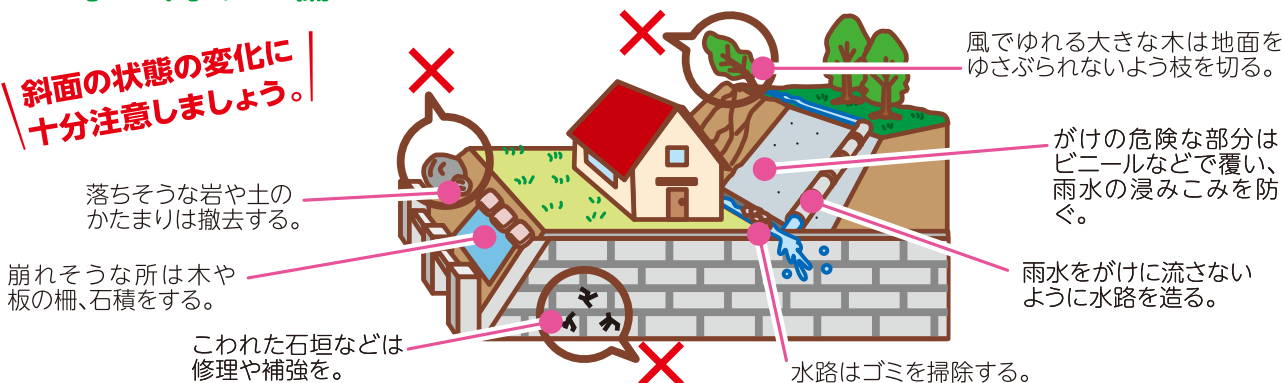
地震により断水でトイレが使えなくなることが想定されます。最低でも3日分(家族の人数×1日のトイレ回数×3日分)の携帯トイレ、簡易トイレの備えをしておきましょう。



※凝固剤を使って水分をなくせば、トイレゴミを燃えるごみとして出すことができます。

家の周りの備え

斜面の状態の変化に十分注意しましょう。



非常持出品・備蓄品

リュックサックなどに入れておき、避難しなければならないときに持ち出す「非常持出品」と、避難後の生活を支える「備蓄品」の2段階で準備しておく必要があります。

リストを参考に、個人や家庭に必要なものをしっかり準備しておきましょう。

非常持出品 避難の際に持ち出すもの!

- | | |
|---|--|
| ☐ 携帯電話・スマートフォン | ☐ 予備電池・携帯充電器 |
| ☐ 水 | ☐ マッチ・ろうそく |
| ☐ 食品(ご飯(アルファ米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど:最低3日分の用意!) | ☐ 救急用品(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など) |
| ☐ 防災用ヘルメット・防災ずきん | ☐ 使い捨てカイロ |
| ☐ 衣類・下着 | ☐ ブランケット |
| ☐ レインウェア | ☐ 軍手 |
| ☐ 紐なしのズック靴 | ☐ 洗面用具 |
| ☐ 懐中電灯(手動充電式が便利) | ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉 |
| ☐ 携帯ラジオ(手動充電式が便利) | ☐ タオル |
| | ☐ ペン・ノート |

感染対策にも有効です!!

- ☐ マスク
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ 石けん・ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 体温計

一緒に持ち出そう!!

- ☐ 貴重品(通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど)

子供がいる家庭の備え

- | | | | |
|--|----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| ☐ ミルク(キュータイプ・液体タイプ) | ☐ 離乳食 | ☐ お尻ふき | ☐ 抱っこひも |
| ☐ 使い捨て哺乳瓶 | ☐ 携帯カトラリー | ☐ 携帯用お尻洗浄機 | ☐ 子供の靴 |
| ☐ 子供用紙オムツ | ☐ ネットライト | | |

女性の備え

- | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ 生理用品 | ☐ サニタリーショーツ | ☐ 防犯ブザー／ホイッスル |
| ☐ おりものシート | ☐ 中身の见えないごみ袋 | |

高齢者がいる家庭の備え

- | | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 大人用紙パンツ | ☐ 入れ歯 | ☐ デリケートゾーンの洗浄剤 |
| ☐ 杖 | ☐ 入れ歯用洗浄剤 | ☐ 持病の薬 |
| ☐ 補聴器 | ☐ 男性用吸水パッド | ☐ お薬手帳のコピー |

備蓄品 家に備えておくもの!

- ☐ 食料や水(最低3日分!できれば1週間分)×家族分
保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の備蓄が可能!
- ☐ 生活用品
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレ、カセットコンロ、カセットガス…など

食料品・生活消耗品の備蓄には「ローリングストック法」が有効です。

消費期限を考えながら計画的に消費し、消費した分は新たに購入するようにしましょう。



ほかにも、家庭に必要なものは日ごろから備えておきましょう。

自宅の外へ避難する際の留意点

避難するときの服装

- ヘルメット、帽子等をかぶる。
- 非常持ち出し袋はリュックサックに入れて背負う。(両手が使えるように)
- 長袖・長ズボンを着用する。
- 軍手や手袋をはめる。
- 靴は底の厚い、履き慣れたものを着用する。
- やむをえず夜間に移動の際は懐中電灯を持つ。

避難時のポイント

- 自宅を離れる前にもう一度火元を確認する。
- ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。
- 持ち出す荷物は最小限にする。
- 近所の人に声をかけ、複数人で行動する。
- 避難先へは、徒歩で移動する。(自動車、自転車はできる限り使用しない)
- 狭い道やブロック塀、自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所を避ける。
- 子ども、障がい者、高齢者など避難行動要支援者がはぐれないよう配慮をしながら避難する。

上記は一般的な避難留意点です。各災害に応じた留意点も、個別ページでご確認ください。