

わが家の防災

日頃の備え

～守口市社会福祉協議会「災害時の救援体制づくりプラットフォーム」～

地震への備え

☆家具の転倒防止

背の高いタンスや冷蔵庫などは転倒防止器具で固定しましょう。

☆ガラスの飛散防止

窓や戸棚のガラスに飛散防止フィルムを貼りましょう。

☆避難路に物を置かない

玄関や出入口までの通路に家具などの倒れやすいものを置かないようにしましょう。

風水害への備え

☆側溝や排水溝のチェック

側溝や排水溝は掃除

☆屋根チェック

瓦のひびわれ、ずれ、はがれ、トタンのめくれなどは修理しておきましょう。

☆外壁、壁のチェック

ひび割れ、破損、ぐらつきがないかを確認しておきましょう。

***災害の被害を少なくするためには日頃からの備えが大切です。**

身の周りの安全について、日頃から家族で話し合しましょう。

- ① 家族で緊急時の行動を決めましょう。
- ② 危険個所をチェックしましょう。
- ③ 非常持出品と非常備蓄品を確認しましょう。



枕元に置いておくと安心です！

非常持出品

* 大人一人分の目安

基本品目

- | | |
|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 非常持出袋 | <input type="checkbox"/> ビニールシート類 |
| <input type="checkbox"/> 非常食 | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ |
| <input type="checkbox"/> 水1.5リットル | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> ポリ袋 |
| <input type="checkbox"/> ローソク | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー |
| <input type="checkbox"/> ライター | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> ガムテープ |
| <input type="checkbox"/> 十徳ナイフ | <input type="checkbox"/> 筆記用具・マジック |
| <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> ロープ | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 救急セット | <input type="checkbox"/> 救急安心カード (カプセル) |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 | |

《リュックサックなど両手が自由に動かせるものを準備し、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。女性約 10kg 男性約 15kg が目安です。》

貴重品

- | | | |
|---------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 家の鍵の予備 | <input type="checkbox"/> 健康保険証 (写) | <input type="checkbox"/> 現金 (小銭) |
| <input type="checkbox"/> 車の鍵の予備 | <input type="checkbox"/> 運転免許証 (写) | |
| <input type="checkbox"/> 予備メガネ | <input type="checkbox"/> パスポート (写) | |

《その他、赤ちゃん用品や介護用品など、個人や家族の事情にあわせて準備しましょう。非常持出品は必要最小限の品を準備し、年に一度は点検しましょう。》

非常備蓄品

災害時、自宅で避難生活を送るうえで必要なもので、救援物資が届くまでの7日間程度の食糧等を備えましょう。

飲料

- 飲料水 (1日3ℓ、7日分)
- 非常用給水袋

食糧

- アルファ米
- 乾パン
- 缶詰類など

衣類

- 上着
- 下着
- 靴下

生活用品

- | | |
|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> タオル類 | <input type="checkbox"/> なべ、やかん類 |
| <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> ラップ、アルミホイル |
| <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> 皿、コップ食器類
(紙、ステンレス) |
| <input type="checkbox"/> 予備電池 | <input type="checkbox"/> はし、スプーンなど |
| <input type="checkbox"/> 卓上コンロ | <input type="checkbox"/> 洗面用具 (歯ブラシなど) |
| <input type="checkbox"/> ガスボンベ | <input type="checkbox"/> ドライシャンプー |
| <input type="checkbox"/> 固形燃料 | <input type="checkbox"/> 安全ピン |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | |
| <input type="checkbox"/> 新聞紙 | |

*ガムテープ、ビニールシート類

《小さいお子さんがいない家庭であれば、断水に備えて、お風呂の残り湯を残しておくことで生活用水に利用できます。》