

●非常持出品などどのようなものを用意するの？

非常持出品

食料品

- 飲料水(1人1日3ℓ)
- 非常食



衣類など

- 上着・下着
- タオル
- 洗面用具



貴重品

- 預金通帳
- 印鑑
- 現金
- 保険証
- 身分証明書



日用品など

- 懐中電灯(予備電池・電球)
- 携帯ラジオ
- 携帯電話
- 充電器



小さな子どもや高齢者が居る家庭では

- ミルク・ほ乳瓶
- 離乳食
- 流動食
- 紙おむつ
- おしり拭き
- 母子手帳



ペットの居る家庭では

- ペットフード
- ふん尿の始末用品
- ケージ



重さの目安
男性15kg
女性10kg

動きやすい服装
2人以上で避難を！

- リュックサック
- 長袖 ●長ズボン
- 雨具 ●運動靴



その他

- 常備薬
- 雨具
- お薬手帳
- マスク
- 消毒液
- 体温計
- 簡易トイレ



非常備蓄品

非常備蓄品は最低3日できれば1週間分を備蓄しましょう。

- 飲料水
- 非常食(アルファ米・レトルト食品)
- 卓上コンロ・ガスボンベ
- ラップ

上記以外で個人的に必要なものがあれば、下記に記入しましょう。

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

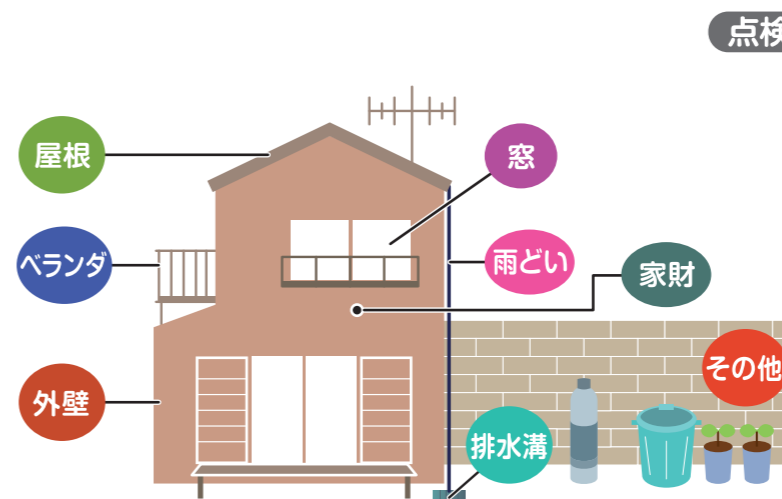
ローリングストック法とは

普段から少し多めに買って置き、使ったら使った分だけ新しく買い足して、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法です。

Point 日常生活で消費しながら備蓄



●自宅周辺の対策は何をしたらいいの？



点検日

年	月	日
年	月	日
年	月	日

日頃から点検しよう！



屋根

- アンテナが不安定ではないか。
- トタンがめくれていないか。
- 瓦のひび・割れ・はがれがないか。

窓

- 窓枠にがたつきがないか。
- 雨戸にがたつきがないか。

雨どい

- 雨どいに落ち葉などが詰まっていないか。
- 継ぎ目はすれや塗装のはがれ、腐りがないか。

ベランダ

- 植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険があるものがないか。

外壁

- 壁に亀裂がないか。

排水溝

- 排水溝にごみや土砂が詰まっていないか。

家財

- 濡れて困るものを、あらかじめ高い場所へ移動しているか。

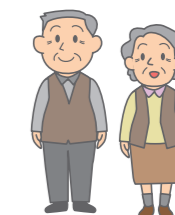
その他

- 商店などでは看板のぐらつきがないか。
- 貴重品が、すぐに持ち出せるようになっているか。
- ごみ箱や植木鉢などは室内に入れるか、飛ばないように固定しているか。
- 庭木には添え木をしているか。
- ブロック塀が倒れそうにないか。
- プロパンガスのボンベは鎖でしっかり固定しているか。
- 土のうの準備ができているか。

●地域や市ではこんな取組みをしています！

要配慮者の支援

要配慮者とは、高齢者や障がいをお持ちの方、乳幼児や外国人など、災害時に支援を必要としている方です。日頃から近所の要配慮者へ声をかけ、いざというときは避難の手助けをしましょう。甲斐市では、要配慮者のうち、特に避難支援などを必要とする方々の名簿(避難行動要支援者名簿)を作成しています。



自主防災活動の参加

災害の時こそ、自分たちのことは自分たちで守っていくという心がまえが必要です。地域の自主防災組織の活動に参加しましょう。



総合防災訓練への参加

甲斐市では、総合防災訓練を市内一斉で実施しています。住民の皆さんは、日頃から地震や風水害に対する備えを各自・家庭で再確認し、積極的に訓練に参加しましょう。

