

災害に備えて 必要なアイテム／自主防災組織

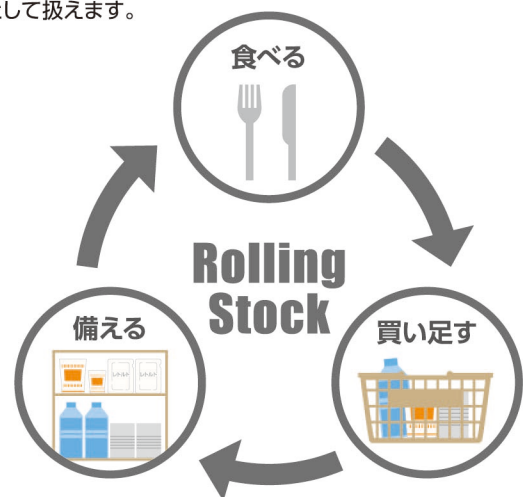
7日間を生き抜くために必要なアイテム

身体・家屋の安全が確認でき、自宅での居住が継続できる状況であれば在宅避難をしましょう。
大災害発生時、公的な支援物資はすぐに届かないかもしれません。コンビニなどのお店にも人が殺到し、すぐに商品が無くなるかもしれません。そのため、ご家庭で非常食等の防災グッズを備える事はとても重要です。食料や水など日頃から必要なものを備え、電気・ガス・水道が止まっても自力で7日間は過ごせる準備を整えておくことが大切です。



ローリングストック法で食べながら備えよう

買い置きしてあるものから定期的に食べて、食べた分を買い足し、備蓄していく方法。
食べながらの備えのため、消費期限が短いレトルト食品等も非常食として扱えます。



食べ物の備え

- ☐ 飲料水
 - ☐ 非常食
- 日ごろから食料や日用品を多めに買い揃え、普段生活する中で消費していく日常常備を心がけましょう

普段から3日分程度の買い置き



1人1日で3L×7日分
×家族分



1人1日で2食分×7日分
×家族分



自主防災組織を結成しましょう!

大地震などの大規模災害時には行政機能が制限されることがあります。そこで、自分の命や地域は自分たちで守る、「自助」「共助」が重要視されており、地域防災の中心的存在となる「自主防災組織」の結成と活動の推進が必要とされています。自主防災組織を結成していない自治会等は、地域で話し合い自主防災組織を結成し、強い地域づくりをしましょう。

まんのう町では、自主防災組織の結成推進などを目的とする連合自治会で結成された組織「自主防災連絡協議会」の活動や、自治会単位等で結成された「自主防災組織」の活動、資機材整備等を支援するため下記の事業を推進しています。

- まんのう町自主防災組織連絡協議会活動事業補助金
- まんのう町自主防災組織育成事業補助金

詳しくはホームページをご覧ください
<http://www.town.manno.lg.jp/life/detail.php?hdnKey=4917>



1
日頃から考え
知識を深める

2
自助

3
共助

調理用具の備え

- ☐ カセットコンロ・ガスボンベ
- 停電時等、冷蔵庫の食材や非常食を調理するために必要

2日で1本×7日分



- ☐ 多めの保冷剤とクーラーボックス
- 停電時の食材の保存

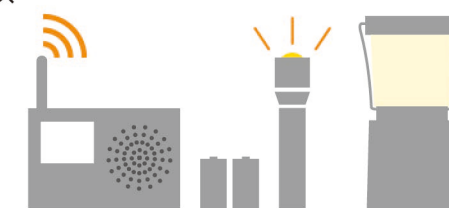


食器類等

- ☐ 食器類(箸・スプーン付き弁当箱など)
- ☐ ラップ
- ☐ ウェットティッシュ(食器洗浄)
- ☐ ポリタンク

日用品など

- ☐ 懐中電灯／ランタン
- ☐ ライター／マッチ
- ☐ 充電ラジオ(スピーカータイプ)
- ☐ 充電池／充電器
- ☐ 頑丈収納ボックス
- ☐ 台車



下水道使用の確認

- ☐ 非常用トイレ
- 水が止まって流せない、下水管の破損など、災害時にはトイレが使えない状況が想定されます。
水道が使えない場合(下水道使用可能時)、水洗トイレを流すためには、水を調達してバケツなどで直接便器内へ流します。
下水道が使えない場合は、水洗トイレは使わないで下さい。

大便
1人1日で1回×7日分×家族分



小便
1人1日で4回×7日分×家族分



便器にポリ袋をかぶせた後に非常用トイレを設置すれば、排泄後、便器がよごれることなく、非常用トイレの交換だけですみます

トイレ1回に
約8～10Lの
水が必要

安全対策・その他

- ☐ ティッシュ
- ☐ ごみ袋・ポリ袋
- ☐ 歯みがきシート(口のお掃除)
- ☐ 救急セット(包帯、消毒液、三角巾)
- ☐ 洗面用具(石けん、シャンプー、タオル)
- ☐ 革手袋
- ☐ 新聞紙
- ☐ 布テープ／ペン
- ☐ 十徳ナイフ
- ☐ テント／寝袋
- ☐ 着替え(圧縮下着、Tシャツ、タオル、アウター)
- ☐ ルームシューズ(防寒、怪我防止)
- ☐ 湯たんぽ／使い捨てカイロ(防寒)
- ☐ レインウェア
- ☐ ヘルメット
- ☐ リュックサック

使用期限をチェック
食品の賞味期限と同じように、電池、薬、使い捨てカイロなどにも使用期限があります。
いざというときにあわてないよう、定期的に点検しましょう。



自力で7日間を過ごせる準備を整えておきましょう!