

日頃の備え

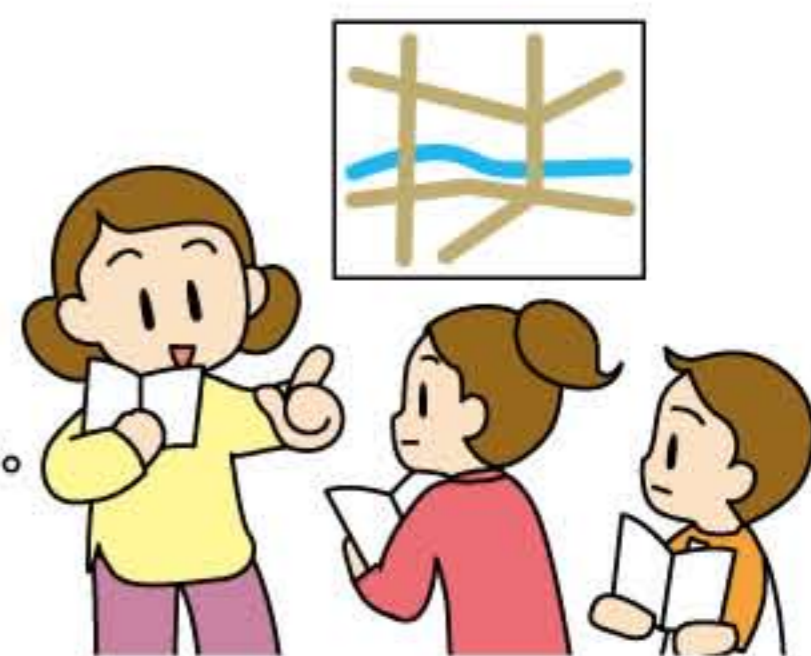
安全な避難路の確認を

避難場所までの経路（避難路）は、あらかじめ自分たちで決めておき、安全にできるかを確認しておきましょう。



家族防災会議

・家族の役割分担
・連絡方法
・持ち出し品等の置き場所などを話し合っておきましょう。



一次持出品（非常持出品）

災害発生時、最初に持ち出すもの。避難に支障のない重さになるように。（男性15kg、女性10kg程度）



- 携帯ラジオ
 - 予備電池
- 懐中電灯
 - 予備電池
- 救急医療品
 - ばんそうこう
 - 消毒薬
 - 鎮痛剤
 - 包帯
 - 傷薬
 - 胃腸薬
 - 持病の薬
- 非常食
 - ミネラルウォーター
 - 乾パン
 - 水筒
 - 割りばし
 - 缶詰
 - 紙皿、紙コップ
 - 缶切り
 - 栓抜き
 - 粉ミルク（乳幼児用）



- 貴重品
 - 現金（小銭から1万円札まで総額5万円程度）
 - 預貯金通帳
 - 印かん
 - 免許証
 - 健康保険証
- その他生活品
 - 衣類（着替え）
 - タオル
 - ウエットティッシュ（ティッシュ）
 - 雨具
 - ライター
 - 生理用品
 - キッチン用ラップ
 - 紙おむつ

二次持出品（非常備蓄品）

災害から復旧するまでの数日間を過ごすため、3～5日分程度用意しましょう。



- 飲料水
 - 飲料水（1人1日3リットルを目安に）
 - ミネラルウォーター（ペットボトル等）
- 非常食品
 - 乾パン
 - 米（レトルトやアルファ米も便利）
 - 缶詰やレトルトのおかず
 - ドライフード
 - チョコレート、アメなどの菓子類
 - 梅干し、調味料など
- 燃料
 - 卓上コンロ
 - 携帯コンロ
 - ガスボンベ
 - 固形燃料



- その他の生活用品
 - 生活用水（風呂や洗濯機に備蓄。乳幼児に注意）
 - 毛布・寝袋
 - 新聞紙
 - 洗面用具
 - ドライシャンプー
 - 鍋、やかん
 - ポリ容器
 - バケツ
 - トイレトペーパー
 - ろうそく
 - ロープ
 - 筆記用具
 - セロテープ

洪水の発生する仕組み

洪水の発生する仕組みを理解して、どのような洪水が発生しやすいか確認しておきましょう

外水はん濫

川の堤防が壊れたり堤防から水が溢れて発生



内水はん濫

川に排水されるべき水が川に流れずに溢れて発生



住まいの安全対策

大雨や強風は何度も大きな災害をもたらしています。油断せず日頃から十分な対策を立てておきましょう。

