

## 家の周囲の安全対策

**屋根**  
不安定なアンテナの補強。  
瓦のひび、割れ、ずれ、はがれがないか。  
トタンのめくれ、はがれはないか。

**雨どい・雨戸**  
雨どいに落ち葉や砂が詰まっていないか。  
雨戸にガタツキやゆるみはないか。  
継ぎ目の外れや塗装のはがれ、腐りはないか。

**外壁**  
板壁に腐りや浮きはな  
いか。モルタルの壁に  
亀裂はないか。

**側溝**  
側溝が詰まると、道路冠水や浸水  
の原因に。日頃からの清掃を。

**家の周りのもの**  
プロパンガスのボンベはしっかり  
固定されているか。  
植木鉢などは整理整頓を。  
風に飛ばされそうなものは事前  
に屋内へ。

**非常口の確保**  
通路や出入口には、避難の際の妨げ  
にならないよう、できるだけ自転車  
やベビーカーなどの物は置かない。

**ブロック塀・門柱**  
土中にしっかりした基礎、  
控え壁のないものは補強。  
ひび割れや鉄筋のサビはないか。

**窓ガラス**  
強風による飛来物など  
に備え、外側から板でふ  
さぐ、飛散防止フィルム  
を貼るなどの処置を。  
ひび割れ、窓枠のガタ  
ツキはないか。

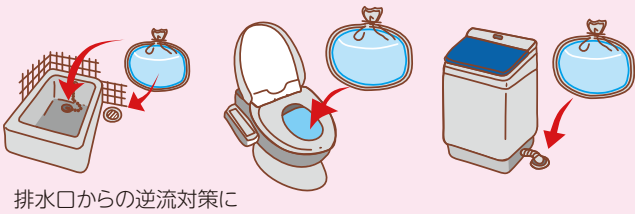
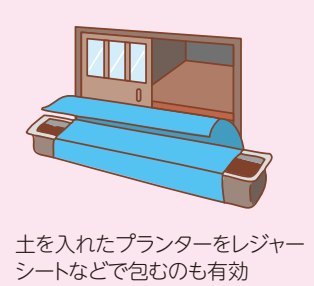
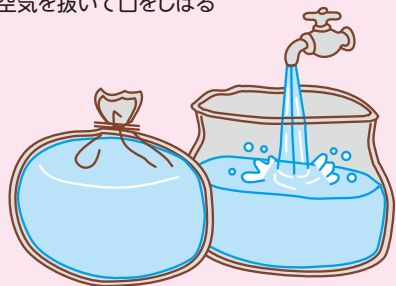
**ペランダ**  
鉢植えや物干し竿  
など飛散の可能性  
が高いものは室内  
へ。

## 家庭でできる水害対策

浸水深が小さいときは、家庭にあるものを使って、水の侵入口となるところを塞ぐことで水の侵入を減少させることができます。トイレなどの逆流防止にも有効です。  
※実施の際には避難の妨げにならないように気を付けてください。

### 「水のう」の作り方

40L程度のゴミ袋を二重にして半分程度の水を入れる  
空気を抜いて口をしぼる



## 災害の「備え」チェックリスト

### ◆非常用持ち出し袋 (避難の際に持ち出すもの)

- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- レインウェア
- 紐なしの靴
- 軍手
- 懐中電灯 (※手動充電式が便利)
- 携帯ラジオ (※手動充電式が便利)
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ライター・ろうそく
- 救急用品 (ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ペン・ノート
- 使い捨てカイロ
- ブランケット・タオル
- 衣類・下着
- 洗面用具
- 飲料水・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

感染症対策  
にも有効

- マスク
- ウェットティッシュ
- 体温計
- 手指消毒用アルコール

### 家族構成に合わせた準備を

- ミルク (キューブタイプ)
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 携帯用食器
- 子ども用紙オムツ
- お尻ふき
- 携帯用お尻洗浄機
- ネックライト
- 抱っこひも
- 子どもの靴

妊婦・女性  
の備え

- 脱脂綿
- ガーゼ
- さらし
- T字帯
- 洗浄綿
- 新生児用品
- 母子手帳
- 生理用品
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋
- 防犯ブザー / ホイッスル



### 一緒に持ち出そう!!

- 貴重品・携帯電話  
通帳、現金、パスポート、運転免許証、  
健康保険証、病院の診察券、マイナンバーカードなど

### ◆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、トイレトーパー、ラップ、ゴミ袋、  
ポリタンク、携帯用トイレ・・・など  
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

### ◆ペットのための備蓄品

- フード、水 (5日以上)
- 療法食、薬
- ペット情報明示書  
飼い主の連絡先・ペットの写真  
既往症・かかりつけの動物病院  
ワクチン接種状況
- 食器
- ケージ
- 予備の首輪・  
リード (伸びないもの)
- ペットシート  
トイレ用品

## ◆ローリングストックについて

備蓄専用の保存食なども大切ですが、普段から少し多めに食料品や日用品を買っておき、使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の備蓄を自宅に確保しておくことをローリングストックと言います。  
日常生活の中に、非常備蓄を上手に組み込みましょう。

