



SDGsの関連アイコンを特集ページに標記しています

備蓄品の備え

避難所へ避難する際に持って行く非常持出品や、自宅で避難生活を送る上で必要な水や食料などの備蓄が必要です。新型コロナウイルス感染症の対策として、マスクや体温計、消毒液なども用意しておきましょう。

非常持出品 避難所にある災害用の備蓄品には、種類や数に限りがあります。いざという時にすぐ持ち出せるよう、「非常持出品」を人数分用意しておきましょう。

非常持出品の例 ※この他にも常備薬など、必要なものを用意しておいてください

- 飲料水
- 非常食
- 救急セット
- ウェットシート
- 着替え、下着
- 口腔ケア用ウェットティッシュ
- 携帯ラジオ
- モバイルバッテリー
- LEDランタン
- ポリ袋
- 新聞紙
- ラップ

備蓄品

在宅避難が可能な場合、備蓄品は約1週間分(最低3日分)必要だといわれています。大規模災害時は、電気、水道、ガスといったライフラインの利用が困難になるだけでなく、スーパーやコンビニに人が殺到し、食料品や生活必需品を確保することが難しくなるため、事前に用意しておきましょう。

備蓄品の例

- 飲料水
- 非常食
- ラップ
- ポリ袋
- 新聞紙
- 口腔ケア用ウェットティッシュ
- ティッシュペーパー
- 携帯ラジオ
- LEDランタン
- モバイルバッテリー
- ウェットシート
- カセットコンロ、ボンベ
- 携帯トイレ

乳児がいる家庭では…



- 粉ミルク、液体ミルク
- 哺乳瓶
- おむつ など

「もしも」の災害に 「いつも」の備えを

災害は、いつ、どこで発生するか予測することが困難です。しかし、災害による被害は、日頃から防災に対する知識を身に付け、備えをしておくことで軽減できます。特にこれからの時季は、台風や前線の影響により風水害が発生しやすくなります。いつ災害が起きても慌てず対応ができるよう、事前に準備しておきましょう。



災害リスクの確認

ハザードマップは、台風・豪雨、地震などの災害が起こった時に被害が予想されるエリアや、避難所などを地図上にまとめたものです。土砂災害警戒区域、浸水想定区域などを確認することができます。災害によって被害は異なるため、ハザードマップを参照し、お住まいの地域の災害リスクを事前に確認しましょう。



各種ハザードマップはこちら▶



避難方法の確認

風水害の場合

自宅や職場で建物の2階以上に避難する(垂直避難)など、安全の確保ができる場合は避難所へ避難する必要はありません。土砂災害や浸水リスクが高い場所に自宅がある場合は、避難所だけでなく親戚の家などに避難することも検討しましょう。

地震が発生した場合

家が傾いているなど家屋倒壊の危険性がある場合は、安全な場所へ避難してください。危険性がない場合はその場にとどまる(在宅避難)という選択肢も検討しましょう。

風水害の避難先

在宅避難

災害の程度にもよりますが、自宅が鉄筋コンクリートなどの頑丈な建物で、かつハザードマップの浸水想定以上の高さがあり安全な場合は、自宅での避難を優先に考えましょう



親戚や知人宅へ避難

安全な場所にある親戚や知人宅など、普段の生活に近い暮らしができる避難場所がないか検討しましょう



避難所へ避難

在宅避難、親戚や知人宅への避難が難しい場合は、ためらわずに避難所へ避難しましょう

