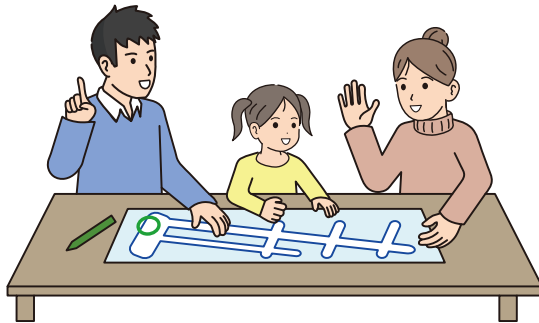


平常時から確認しておくこと

ふだんから万が一の事態に備え準備しておきましょう。

避難所・避難経路の確認!

家族全員で自分たちの避難所を確認し、そこに行くための安全なルートを確認しておきましょう。



気象情報に気をつける!

日頃からテレビやラジオ、インターネットで気象情報・災害情報に注意しましょう。市からの情報などにも注意しましょう。



持ち出し品の確認!

避難時の持ち出し品は、日頃から準備しておき、保管場所を家族全員で決めておきましょう。非常食や飲料水などは、定期的の確認し、新しいものと取替えます。



一人住まいのお年寄りなどに気配りを!

自分の家族や住まいだけでなく、積極的に地域全体にも目を向けましょう。



非常時持ち出し品チェックリスト

災害時に困らないよう常備しておきましょう。

■飲料水

一人一日3ℓが目安。



■食料品

乾パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなど。



※赤ちゃんのいる家庭は、粉ミルク・ほ乳びんなども。

■貴重品

現金(小銭も)・預金通帳・印鑑・マイナンバーカード・携帯電話など。



※いざという時、すぐ持ち出せるように保管場所を決めておきましょう。

■医薬品

治療中の薬(必ず)お薬手帳消毒薬・胃腸薬脱脂綿・絆創膏包帯など。



■ラップ

食器に被せて洗い物をなくす。手に巻いて手袋の代わりとなる。色々な活用方法があります。



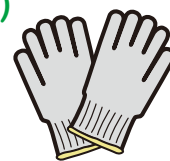
■ヘルメット・防災頭巾

飛来物や落下物から頭を保護するものをすぐに取り出せる所に。



■手袋(軍手)

ガレキの撤去や救助に、厚手のものを用意。



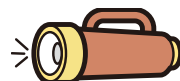
■衣類

雨具・下着・ジャンパー・タオルなど。



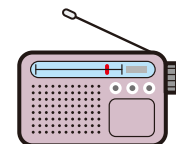
■懐中電灯

夜間、すぐに手の届く場所に。



■ラジオ

情報収集に欠かせない。懐中電灯と一体型のももの便利。



■充電器機類

(モバイルバッテリー・電池)

携帯電話・ラジオや懐中電灯に使用するものを少し多めに。



■毛布

体温を逃がさない。



■運動靴

避難する時にけがを防止するために。すぐに取り出せる所に。



■その他

新聞紙・ウエットティッシュ・生理用品・ホイッスルなど。

