

災害への備え

災害の発生を完全に防ぐことはできません。突然やってくる災害に対して、被害をできるだけ抑えるために日頃から地域や家庭での備えを進めていく必要があります。

地域で備える



- いざというときに地域で協力し合えるよう、普段から協力し合い「顔の見える関係」を築いておきましょう。
- 自治会などで、災害時に支援の必要な方や世帯を把握し、いざというときに助け合える体制づくりを進めましょう。

自身や家庭で備える



- 災害時に備えて、家族で避難場所などについて話し合っておきましょう。
- 地震の際に家具等が倒れないよう、金具や市販の転倒防止用具で固定しておきましょう。
- 非常持ち出し品は、すぐに持ち出せるようにリュックサック等にまとめておきましょう。



気象情報や避難情報は防災無線で放送します。防災情報ラジオをご確認ください。

非常持ち出し品 (例)

飲料水

ペットボトルは持ち運びに便利です。1人1日3リットルを目安に。



非常食

食料の供給が始まるまでの3日分。火を通さなくても食べられるもの。赤ちゃんがいるときは粉ミルクも。



救急薬品

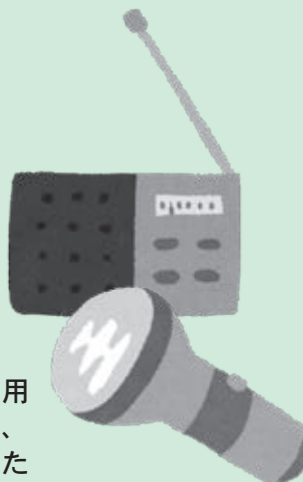
消毒薬や絆創膏など。持病のある人は常備薬も。

賞味期限

食品の賞味期限をチェックして、定期的に変えていきましょう。

その他

現金（公衆電話が利用できるような小銭を用意）、オイルライター、身分証明書のコピー、ヘルメット、軍手、毛布、寝袋、季節に応じた防寒着、使い捨てカイロなど。



携帯ラジオ・懐中電灯

間違った情報に惑わされないために、AMとFMの両方が聞けるものを。懐中電灯は、予備の電池も忘れずに。