

家族で防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときに慌てず行動できるよう家族で普段から話し合っておきましょう。

また、災害に備えて家の中と外をチェックし、危険な箇所は早めに改善するようにしましょう。



チェック 話し合いたい項目

- 家の付近の浸水状況や、土砂災害のおそれのある箇所の確認
- 災害別の避難行動
避難所とそこに行くまでの経路
- 災害が起こった時の身の守り方
- 家族一人ひとりの役割分担
家族の安否確認、非常持出品・備蓄品の準備・点検、避難経路の確保、隣近所への連絡など
- 家族間の連絡方法と、最終的に出会う場所

※乳幼児・高齢者・病人・妊婦のいる家庭はその避難方法も話し合しましょう。

非常持出品・備蓄品リスト

非常持出品・備蓄品の準備は防災対策の基本です。リストを参考に、家族構成に合わせて準備しましょう。また、食品の賞味期限や電化製品の故障がないかを定期的にチェックすることも忘れずにしましょう。

チェック 非常持出品

避難するときに持ち出す最小限の必需品です。あまり重いと避難に支障が出るので、必要最小限にまとめ、すぐ取り出せるところに保管しておきましょう。

ヘルメット・防災ずきん

落下物から頭を守るための必需品



非常食

缶入り乾パンなど、火を通さず食べられるもの



懐中電灯 ※予備の電池も必要

停電時や夜間の移動に欠かせない。できれば一人に1つ用意



水

持ち運びに便利なペットボトル入りを



リュックサックなど

非常品を入れて両手が確保できるリュックサックなど



貴重品

預金通帳、健康保険証、免許証(番号を控えたメモかコピー)、現金



携帯ラジオ

※予備の電池も必要

小型で軽く、FMとAMの両方を聴けるものがよい



救急医薬品・常備薬

キズ薬、ばんそうこう、その他の薬など



生活用品

衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶切り、簡易トイレ、タオル、雨具など



チェック 非常備蓄品

災害復旧までの数日間、生活するためのものです。最低でも3日間は生活できるだけの量を用意しておきましょう。

非常食

缶詰やレトルト食品など、そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの



生活用品

カセットコンロと予備のガスボンベ、毛布、衣類、トイレトーパー、ドライシャンプー、ビニール袋など



水

飲料水と生活用水を用意する。飲料水は一人1日約3リットルが目安



工具類

家屋が倒壊した場合などに備えて、救出活動に使えるスコップやバール、のこぎり、ロープ、車のジャッキなど



家族構成に合わせた準備

アレルギー対応の非常食やペットフードなど、家族構成に合わせて必要なものを考えてみましょう。



ローリングストック法

保管している非常食などを、定期的に消費し、その分をあらためて補充することで、「食べながら備蓄する」ということができます。



我が家の安全対策を確認しましょう

安全と思われる家の中や家のまわりでも、災害時に避難や救助の妨げになったり、落下物によるケガなどの被害を引き起こすおそれがあります。災害に備えて日頃から点検する習慣をつけましょう。

家の中の安全対策

- 飛散防止フィルムを貼るなどガラスの飛散を防止する。
- 家具の転倒、落下防止のため、金具などで固定する。
- 重たい荷物は高い所に置かず、床に置いておく。
- 出入口付近には荷物を置かず避難口を確保する。
- 停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオと予備の電池を準備しておく。
- タコ足配線やコードを束ねて使用しない。
- 住宅用火災警報器、消火器を設置しておく。

家の外の安全対策

- アンテナ、看板などは、針金などを使って補強しておく。
- 瓦の割れ、ずれ、はがれはないか。トタン屋根のめくれ、はがれはないか。
- 外壁に亀裂はないか。
- 窓枠のがたつきはないか。ひび割れはないか。
- 物干し竿、植木鉢、自転車などが風で飛ばされないようにする。
- 電気の引込線のたるみや破損があったら、電力会社に連絡する。
- プロパンガスボンベが固定されているか確認する。
- ブロック塀にくらつきや亀裂はないか。
- 雨どいや水路等のゴミや泥、落ち葉などを取り除き、水はけを良くしておく。

家屋の浸水を軽減しましょう

簡易水防工法は、家庭にある物を使って家屋の浸水や流入を防ぐ方法です。水深が浅い段階では有効です。玄関などの出入口のみならず、床下への浸水の防止にもなります。

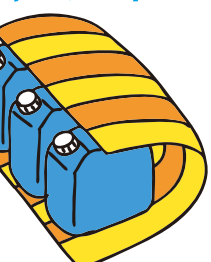
ゴミ袋による簡易水のう

40リットル程度の容量のゴミ袋を二重にして、中に半分程度の水を入れて閉じます。これを段ボール箱に入れ、連結して使用します。



ポリタンクとレジャーシート

10リットルまたは20リットルのポリタンクに水を入れ、レジャーシートで巻き込み、連結して使用します。



止水板

出入口に長めの板などを設置し、浸水を防ぎます。

