

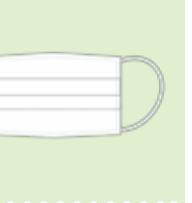
災害に備える

～リュックを準備！～

「非常持ち出し品」は、避難するときに必ず持ち出すべき物です。リュックに入れて、寝室や玄関など持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

「非常備蓄品」は避難生活を支えるものです。家族構成によって必要な物が変わります。何が必要で、何がないと困るのかを想像しながら、家族で備えを確認しましょう。

☐ 家族構成に合わせて必要な非常持ち出し品を準備！

 ☐ 飲料水	 ☐ くつ	 ☐ 軍手	 ☐ 携帯トイレ	 ☐ マスク
 ☐ 食料	 ☐ 懐中電灯	 ☐ 口内洗浄用具	 ☐ カイロ	 ☐ 体温計
 ☐ ヘルメット	 ☐ 携帯ラジオ	 ☐ 認め印・預金通帳など ☐ 貴重品	 ☐ 持病の薬	 ☐ アルコール消毒液
 ☐ 下着・衣類	 ☐ 携帯電話・充電器	 ☐ 電池類	 ☐ 救急用品	 ☐ 除菌シート

☐ 「お家のごはん」を「非常食」に

☐ 手軽な防災テクニック「ローリングストック」
いつもの食品を多めに備蓄して、消費したら買い足すを繰り返しましょう。

☐ ローリングストックのコツ
① 常温保存が可能な物(缶詰・レトルト食品)
② 賞味期限が1年程度
③ 最低3日～1週間分(×人数)を備蓄

☐ 情報収集方法チェック

☐ しずおか・気象防災メール
気象情報や警報などの防災情報の発表・解除をメールで受信

☐ サイボスレーダー
大雨警報や土砂災害警戒情報、河川の水位などの情報を確認





災害が来る前に

～ハザードマップを手元に用意～

大雨や地震、土砂災害などの災害から身を守るためには、日頃から防災意識を高く持ち、災害に備えておくことが大切です。

新しいハザードマップを開いて、避難所や避難経路を確認して、いざという時にも、落ち着いて行動ができるように備えておきましょう。

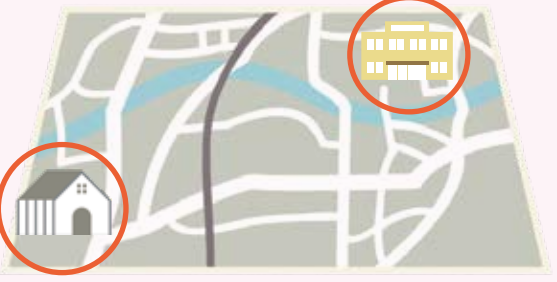
☐ 災害に備えてハザードマップでチェック

☐ 自宅の位置を確認し、『○』を付ける



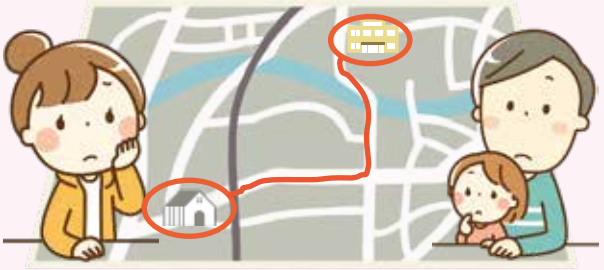
自宅の位置と合わせて土砂災害警戒区域や危険な場所を確認

☐ 最寄りの避難地・避難所の位置を確認し、『○』を付ける



洪水・土砂災害・地震などの状況を想定し、自宅周辺の避難所だけでなく、複数の避難所を確認

☐ 避難経路を複数通り考える



『斜面や川の近くを避ける』『幅の広い道を選ぶ』など、可能な限り安全な避難経路を何通りか考えておく

☐ 実際に避難経路を歩いて確認する



家族や地域で話し合いながら、実際に避難経路を歩いてみる。危険箇所や避難に要する時間などを確認



ここを確認！

ハザードマップを見て災害に合わせた避難行動を確認

新しいハザードマップを使って、「地震」「風水害」「土砂災害」がそれぞれ発生した場合の避難経路と避難所を確認しましょう。「災害が発生したら必ず集会所に行けば良い」というわけではありません。ハザードマップの地図面に災害別避難所が掲載されていますので、しっかり確認しておきましょう。

また、次号7月号で、災害に応じた避難行動を確認する「**マイ・タイムライン**」の作り方を掲載する予定です。そちらと合わせて確認するようにしてください。

ここにも、一つの物語。広報かわねほんちょう