

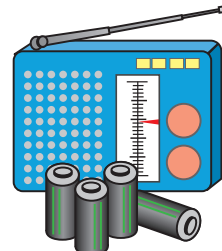
非常時持出品の準備&チェック

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。

非常時持出品(例)

事前に準備出来ているか、チェック✓しましょう。

携帯ラジオ



- ラジオ
- 電池(多めに用意)

救急医療品



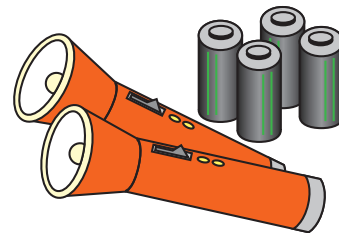
- 常備薬
- 絆創膏
- 傷薬
- 包帯
- 風邪薬
- 胃腸薬
- 鎮痛剤

貴重品



- 現金
- 預貯金通帳
- 印鑑
- 免許証
- 健康保険証
- 権利証書

懐中電灯



- 懐中電灯(出来れば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

非常食品等

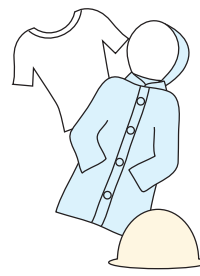
- 非常用食品
- ミネラルウォーター
- 離乳食
- 粉ミルク



衛生用品

- マスク
- 体温計
- 手洗い洗剤
- アルコール消毒液
- 台所用洗剤

※感染症対策用品



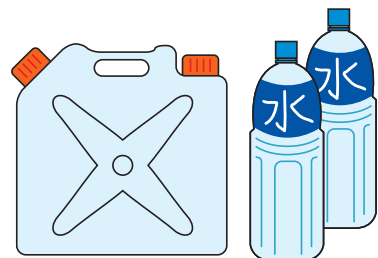
その他

- 衣類(下着・上着など)
- タオル
- 生理用品
- 紙おむつ
- 缶切り
- 栓抜き
- 紙皿
- 紙コップ
- ウェットティッシュ
- カッパ
- ヘルメット
- ライター
- 防災マップ(本書)
- ラップフィルム
- ホイッスル
- (止血や食器にかぶせて使う)

非常時用備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(一週間)を生活できるようにチェック✓しましょう。

飲料水



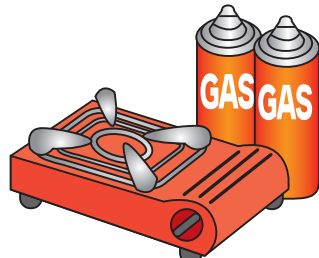
- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)又は貯水した防災タンクなど

非常食品



- お米(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)

燃料



- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

その他



- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべ・やかんなど)
- バケツ・各種アウトドア用品など

非常時持出品は定期的に点検を!

いざというときに支障がないように、食品類の賞味期限や持出用品の不備を定期的に点検しましょう。

避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、筆記用具(マジックなど)、スコップなど。



過去の震災時に役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、ビニールシート、新聞紙、補助用具としてロープ、スコップ、ボールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常時持出品は、使用するとき支障のないように、定期的に点検しておきましょう。とくに食品や飲料水の賞味期限は早めにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入れ替えておきましょう。

我が家のマイ・タイムライン、災害用伝言ダイヤル

マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、台風接近などの大雨により、水害・土砂災害の危険性が高まってきた時に、家族や自分自身がとる行動を時間経過にあわせて整理するものです。いざという時に慌てないように書き込み、ご家族で共有しましょう。

●自宅の危険性 ⇒ 防災マップや関係機関ホームページで情報を収集

- 土石流警戒区域、急傾斜の危険な区域となっている
- はい いいえ
- 最寄り河川の浸水想定区域である
- はい いいえ
- ため池の浸水想定区域である
- はい いいえ

●避難先(通行止め等の可能性もふまえ、複数のルートを確認しましょう)

- 町の指定場所
- 親戚・知人宅
- 自宅の安全な場所
- その他
- ・避難先(第1候補) _____ 移動手段 _____
- ・避難先(第2候補) _____ 移動手段 _____

夜間や激しい雨により視界が悪い時、避難に危険が伴う時は、自宅の安全な場所(2階や山側の反対側)に避難し安全を確保することや、また、家族が離れ離れになっているときの集合場所を決めておくことも大切です。

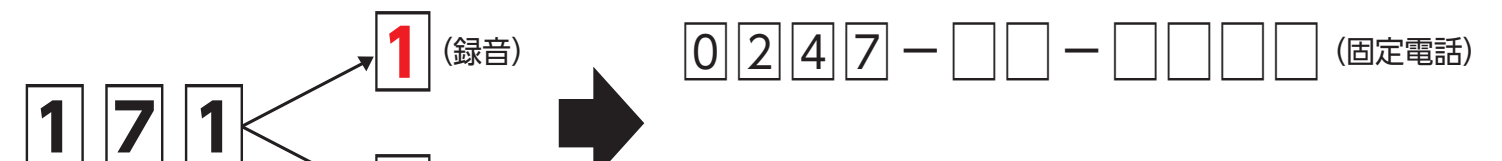
警戒レベル	1	2	3	4	5
避難情報	早期注意情報	注意情報	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
何をやるべきか記入しましょう。					
記入例	・持出品の確認 ・台風の情報収集	・防災マップの確認(避難経路など)	・祖父母の避難開始 ・避難準備開始	・危険な場所から避難する(避難完了)	・自宅の2階など、少しでも安全な場所に移動する

災害用伝言ダイヤル

災害伝言ダイヤル **171**

大規模な災害が発生し、安否確認等の電話によって電話回線が混雑し、電話が繋がりにくい状況でも、伝言の録音・再生により、被災地内の家族や親戚・知人等と連絡を可能にする「声の伝言版」です。

伝言の録音



伝言の再生



※詳しい内容は NTT のホームページで確認してください。

携帯電話災害用伝言版サービス

大規模な災害が発生した場合、携帯電話各社のトップに「災害用伝言版」が追加され、自ら安否状態を登録することが可能になり、登録された伝言は、インターネットや携帯電話などから確認できます。

※使用にあたっては、各携帯電話会社のホームページで確認してください。