



第
55
回

災害に備えて

問合 危機管理課(市役所 4 階)

災害安全対策委員会

これから秋にかけては、風水害による自然災害が発生しやすい季節です。

災害安全対策委員会では、防災意識を高め、家庭でも防災活動に取り組んでもらうことを目的に回覧板ホルダーを作成し、家庭内災害備蓄の啓発に努めています。

循環備蓄 で無理なく備蓄をしましょう

災害が起きたとき数日間を自宅で生活するために、必要な物を備えておくことが「備蓄」です。

●循環備蓄とは、普段使わない物を特別に用意しておくのではなく、毎日普通に利用している食料品や生活必需品を少し多めに購入しておき、少なくなったらその都度買い足すという備蓄方法です。

日頃から、
備蓄品の確認や循環備蓄など、
災害への備えを行いましょう！



「管理がたいへん…」と、これまで備蓄をあきらめてしまった人でも
循環備蓄なら無理なく気軽に継続することができます。



備蓄品をチェックして
備えましょう



下記は参考例です。各家庭の環境に合わせて、
家族の1人ひとりが自分に合った物を考えて備えましょう。

備蓄品

●公的機関による救援（公助）の体制が整い、救助物資が届くまでの数日間を自活するためのもの。

●最低でも3日間、できれば7日分を用意しましょう。

食品



水（飲料水、調理用など）

主食（レトルトご飯、麺など）

主菜（缶詰、レトルト食品、冷凍食品）

缶詰（果物、小豆など）

野菜ジュース

加熱せず食べられる物

（かまぼこ、チーズなど）

菓子類（チョコレートなど）

栄養補助食品

調味料（しょうゆ、塩など）

使い捨てカイロ

生活用水

カセットコンロ・ガスボンベ

食品用ラップ

持病の薬・常備薬

救急箱

ゴミ袋、大型ビニール袋

ティッシュペーパー

トイレットペーパー

ウェットティッシュ

生理用品

簡易トイレ

ライター

充電式などのラジオ

携帯電話の予備バッテリー

ゴム手袋

懐中電灯

乾電池

これらに加えて感染症対策として、マスク、消毒液、体温計も準備しておきましょう。