

9月1日は 防災の日

＼もしもの時に備えよう／

災害に備えて、家庭で取り組むことができる対策をご紹介します。

食料・飲料などの準備

- ☐ 飲料水3日分（1人3L／日）
- ☐ 非常食3日分（ご飯（アルファ米等）、ビスケット、板チョコ、乾パン等）
- ☐ トイレットペーパー、ティッシュペーパー
- ☐ マッチ、ろうそく
- ☐ カセットコンロ

☐ その他 衛生用品や薬など平素必要としているもの
※大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましい。

※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要。日頃から水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておくなどの備えを。

非常用持ち出しバッグの準備

- ☐ 飲料水、食料品（カップ麺、缶詰、ビスケット、チョコレート等）
- ☐ 貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証等）
- ☐ 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬等）
- ☐ ヘルメット、防災頭巾、軍手
- ☐ マスク
- ☐ 懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池
- ☐ 携帯電話の充電器
- ☐ 衣類、下着
- ☐ 毛布、タオル
- ☐ 洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ
- ☐ 携帯トイレ

※乳児のいる家庭は、ミルク、紙おむつ、哺乳瓶等を用意。

家具の置き方の工夫

- ☐ 家具は壁に固定
- ☐ 寝室や子ども部屋の家具は最小限。置く場合も背の低い家具にして、倒れた時に出口をふさがないように向きや配置を工夫
- ☐ 手の届くところに、懐中電灯、スリッパ、ホイッスルを準備

出典：首相官邸「災害に対するご家庭での備え～これだけは準備しておこう～」

防災お役立ち情報

市では、災害時に市内の防災情報等を市公式ウェブサイトの他、以下の媒体でも発信しています。ぜひご利用ください！

Yahoo!防災速報（アプリ）

配信内容：避難情報、防災情報、緊急地震速報、豪雨予測 など



もばら安全・安心メール

配信内容：避難情報、防災情報、防災行政無線の放送内容、不審者等発生情報 など



電話・FAX配信サービス

（高齢者や障害をお持ちの方等が対象）

配信内容：避難情報

※ご希望の方は、防災対策課へご連絡ください。

防災行政無線

テレホンサービス

しみんは 119
☎0120(438)119

防災行政無線の放送内容を確認できます。（無料）

～避難所の確認を～

市では、34カ所の指定緊急避難場所と28カ所の指定避難所を指定しています。もしもの時のために、事前に確認しておきましょう。

また、親戚や知人宅等も避難先として事前に検討しておきましょう。

