

防災を考える日

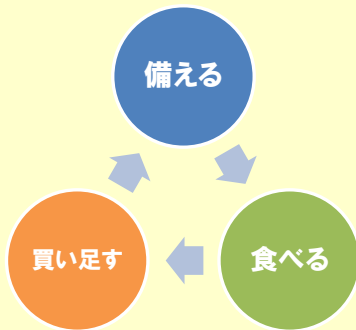
～12月のテーマ「備蓄で災害に備える」～

今月のテーマ

内容

- 1 今月のテーマ
- 2 備蓄食料は最低3日分
- 3 備蓄食料は多めの購入、常に「買い置き」がおすすめ

"備蓄は最低3日分。定期的なチェックも忘れずに。風呂水も捨てないで、飲用以外の生活用水で活用できます"



日にちを決め、定期的にストックした備蓄食料を使用し、使った分を補充しましょう。

気仙沼市総務部危機管理課
988-8501
宮城県気仙沼市八日町1-1-1
電話番号:
0226-22-3402
FAX 番号:
0226-22-1467
電子メール:
kikikanri@kesennuma.miyagi.jp

「防災を考える日」の今月のテーマは、「備蓄で災害に備える」です。ひとたび大規模災害が発生すると、電気やガス・水道などのライフラインが止まったり、物資の供給が滞ったりすることが想定されます。

普段から生活する上で必要な物の備えについて、皆さんで話し合ってみましょう。

備蓄食料は最低3日分

避難する際に持ち出すものが、「非常持ち出し品」、災害直後から数日間、自足するための物資が備蓄品です。

備蓄品は、最低でも3日分、可能な限り1週間分程度の備蓄をしましょう。また、持ち出し品は、持って逃げられるだけの量にしましょう。

◆備蓄品の例(人数分用意しましょう)

飲料水、レトルト食品・アルファ米、インスタント食品、カセットコンロ、ラップ、ティッシュペーパー、給水用ポリタンク、紙皿・紙コップ・割りばし、簡易トイレ、ランタンなど

◆非常持ち出し品の例(人数分用意しましょう)

非常食、携帯ラジオ、乾電池、懐中電灯、携帯トイレ、笛、ブランケット、ライター・マッチ、厚手の手袋、水筒、貴重品(現金、通帳、印鑑、保険証、免許証など)、救急用品(ばんそうこう、常備薬など)、ヘルメット・防災ずきん、マスク、衣類、携帯電話の充電機、使い捨てカイロ、洗面用具など。乳児のいるご家庭はミルク・紙おむつ・ほ乳びんなど



※ 避難直前に非常持ち出し品を準備するのは避け、避難を優先しましょう。また、避難後に持ち出し品を取りに戻ることも絶対やめましょう

備蓄食料は多めの購入、常に「買い置き」がおすすめ

一度に1週間分の食料備蓄を確保するのは、消費期限を迎えたときに大量の廃棄と購入を繰り返さなければならず、費用の面でも大変です。

防災用の保存食などと合わせて、通常購入している保存性の良い食料品を多めに買い置きし、定期的に消費しながら、新たに補充することで、かなりの備蓄が可能となります。