

# 減災は“備え”から！



広島県防災キャラクター「タスケ三兄弟」

使いながら  
**備蓄**

## ローリングストックを知っていますか？



日常生活の中で**食材等を多めに常備して使いながら、使った分を買い足し**災害時などに備える備蓄方法を**ローリングストック**と言います。

**POINT!**

- 食料は最低3日分 × 家族の人数
- 賞味期限等に注意して、古い順に使用し買い足す
- わかりやすい場所に備蓄

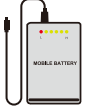


新しいものは奥に

災害後は、ライフラインへの影響により、一時的に食料などの入手が困難になる恐れがあるので、最低でも3日分の飲料、食料品の備蓄をしておきましょう。

いざという時  
**安心**

## 避難生活、情報収集に役立つグッズを用意しておきましょう！



●**モバイルバッテリー**  
安否確認に欠かせない携帯電話などを充電できる。



●**ガムテープ・油性ペン**  
安否や居場所を伝えるための伝言メモとして便利。

●避難先での感染予防のために！



マスク



アルコール消毒液



体温計



非常時持ち出しグッズ一覧はウラ面をご覧ください。



●**厚手の軍手・皮手袋**  
障害物や危険物の排除や防寒に役立つ。



●**ウォータータンク**  
断水時に給水拠点から水を持ち帰るための必需品。

**地震**  
に備えて！

## 家具類の転倒等防止対策！

**L字型金具**

**ベルト式固定具**

**ポール式固定具**

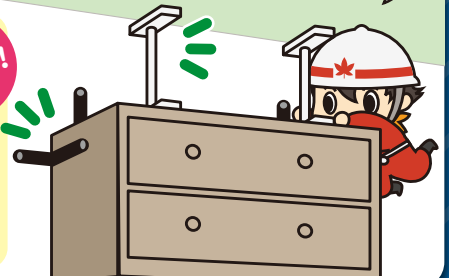
**転倒防止ストッパー**

大 ← 器具の効果 → 小

- 壁などに直接固定する方法が効果的
- 上下が分割している家具は金具で連結
- 2種類以上の器具を組み合わせる など

**POINT!**

器具を組み合わそう！



供給量不足の時  
**重要**

## 自動車等の燃料の備えも重要です！

過去の災害では、自動車のガソリンや暖房用の灯油を求める方がスタンドに殺到し、交通網の**混乱**や一時的な**供給量不足**が発生しました。

災害時の備えとして、**ガソリン**などの**燃料**についても、日常的に**一定量以上** (**ガソリン満タン、灯油プラス1缶**)を備えておくことが重要です。

**POINT!**

被災直後に一時的に電気、ガスが止まり、熱源を失ってしまった時は…

カセットコンロのような熱源もとても重宝されますので、カセットコンロ・カセットボンベの備えも！



# 非常時持ち出しグッズ一覧

※グッズをまとめる非常袋には両手が使えるリュックサックを利用しましょう。



## 必ず必要なもの

- 現金
- 預金通帳・印鑑
- 保険証・免許証
- 権利証

## あると便利なもの

- 缶切り・ナイフ
- 雨具
- 軍手
- カイロ
- ロープ
- 新聞紙
- ポリ袋・レジヤシート
- ガムテープ・油性ペン

## 避難生活のために

- 飲料水
- 食料
- 下着・衣類
- 靴
- 寝ぶくろ
- ティッシュ・タオル類
- カセットコンロ・ボンベ
- マッチ・ロウソク

## 安全・安心・情報収集のために

- 救急セット・常備薬
- 懐中電灯
- 電池の予備
- 防災ずきん
- 手回しラジオ
- モバイルバッテリー・充電器

## 健康管理のために

- 日常服用薬
- マスク
- 消毒液
- 体温計・ガーゼ・絆創膏・包帯など

POINT!

- 使用に問題がないか定期的に確認
- わかりやすい場所にリュックサックで保管
- 上記以外に必要なものを、家族で話し合ってみる

日頃から非常時に備えておきましょう



家族構成を考えて必要なもの・数を用意する事も大切です。

## 小さな子ども

- 母子健康手帳
- おむつ・おしりふき
- ミルク・哺乳瓶
- おんぶひも など

## 高齢者

- 折りたたみの杖
- 常備薬・紙おむつ
- 老眼鏡・お薬手帳
- 折りたたみ椅子 など

## ペット

- 迷子札・ペット手帳
- ペットフード
- 常備薬・リード
- ペットの写真 など



大雨に備えて!

避難先での感染症予防を心がけよう

## 災害から命を守るための確認事項

避難行動のポイント 1

安全な場所にいる人は、避難する必要はありません。

日頃から、お住いの地域のハザードマップで、災害発生のおそれがある場所かどうかを確認しましょう。

避難行動のポイント 2

避難する先は、市町が指定する避難所ではありません。

日頃からよく相談して、緊急時に身を寄せられる親戚や知人宅など、安全な避難先を確保しておきましょう。

避難行動のポイント 3

警戒レベル③、④が出たら、危険な場所から避難しましょう。

台風の接近など、災害発生の可能性が高いと思われる場合は、発令される前でも早めに避難してください。

### ① 危険な場所を知る!

各市町のハザードマップで、日頃から身の周りの危険な場所を確認しておきましょう。

◀ハザードマップが無い場合は、ポータルサイト「はじめの一步」で確認!▶

◆広島県のハザードマップ公表状況◆

<http://www.bousai.pref.hiroshima.jp/out/public/hazardmap/>



二次元バーコード

### ② 避難場所を確認し、避難経路も考える!

ハザードマップの確認と合わせて、避難場所や避難経路の安全性を確認しておきましょう。

◀最寄りの避難場所が分からない場合は、ポータルサイト「はじめの一步」で検索!▶

◆避難所・避難場所検索◆ <https://www.gensai.pref.hiroshima.jp/search/>



二次元バーコード

### ③ 家族との連絡の取り方も決めておこう!

いざという時のために、どういう方法で家族と連絡をとるか、話し合っておきましょう。

