

# 非常持出品と備蓄品をそろえましょう

非常持出品は、災害から避難するとき最初に持ち出すものです。備蓄品は、復旧するまでの数日間を支えるものです。用途に合わせて事前に用意しておきましょう。なお非常持出品は避難の時間に余裕があるとき持ち出すもので、緊急性が高いときは避難を優先させてください。

## 非常持出品～災害発生時に最初に持ち出すもの～

- **水・非常食**  
缶詰や乾パンなど、火を通さずに食べられるもの。水はペットボトル入りが便利。
- **懐中電灯**  
できれば一人に一つずつ用意。予備の電池も忘れず（発電式のものもある）。手が空くもの（ヘッドライト等）。
- **貴重品**  
多少の現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証、住民票のコピーなど。公衆電話を利用するための10円玉（10円玉の不要な電話機もある）。
- **その他**  
ヘルメット、下着類、軍手、ライター、ナイフ、ティッシュ、モバイルバッテリー（電池式など） など。
- **感染症対策**  
マスク、体温計、アルコール消毒液、ビニール手袋、スリッパ、タオル など。
- **救急医薬品**  
傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、常備薬があれば必ず用意する。
- **携帯ラジオ**  
小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるもの。最近では手で充電できるものや、携帯電話の充電ができるものなどがあり便利。



## 備蓄品～復旧するまでの数日間を支えるもの～

- **水**  
飲料水は大人一人あたり1日3リットルが目安で、7日分は用意する。水の配給を受けるためのポリ容器などもあると便利。
- **工具**  
ロープ、バール、はさみ、のこぎり、ジャッキ、スコップ など。
- **燃料**  
卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベ など。
- **その他**  
簡易トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、シート、照明器具、筆記用具、予備のメガネ など。
- **食料品**  
缶詰やレトルト食品など非常食3日分を含む7日分以上を備蓄。高齢者や子ども、アレルギー体質者など配給される食事をとるのが難しい家族がいる場合には、その事情に合った食料を多めに準備。
- **キャンプ用品**  
テント、寝袋、グランドシート、ランタン、ポータブル電源、ソーラーパネル、クッカー、バーナー、クーラーボックス など。



※備蓄品は、家族全員がわかる場所に保管し、定期的な点検しましょう。

こんな用意もしておきましょう

### 乳幼児のいる家庭

粉・液体ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗浄器、おぶいひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼ など

### 妊婦のいる家庭

脱脂綿、ガーゼ、さらし、洗浄器および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳 など

### 要介護者のいる家庭

着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、予備のメガネ、緊急時の連絡先表 など

## 使いながら備蓄する「ローリングストック法」で常時保存

- ① 最初に多めに購入する。消費期限内に使い切る量が目安。
  - ② 消費期限の短いものから順番に使う。
  - ③ 消費した分を補充し、いつも一定量に保つ。
- ②と③を繰り返す

ローリングストックは、食料品だけでなく、生活用品にも使えます。ラップ、ホイル、ビニール袋など日常生活でよく使うものを「買い置き」し、使った分だけ買い足すと、いざというときにあわてません。



# 「指定緊急避難場所」と「指定避難所」の違いを知っておきましょう



## 指定緊急避難場所

- 災害の危険から命を守るために緊急的に避難する場所です。
  - 市では、小中学校のグラウンドや体育館、校舎の2階以上などを指定しています。
  - 警戒レベル3以上の避難情報を発令した際に、市が開放します。
  - 風水害時には、まず体育館を開放しますが、洪水や土砂災害の危険性が高まった場合には、小中学校の校舎など最寄りの建物の2階以上を開放します。
  - 安全確保のための場所を提供します。原則物資・食料の提供はありません。
- ※警戒レベル3の発令前に避難する必要があるときは福祉保健課（537-5996、夜間休日534-6119）へご連絡ください。



## 指定避難所

- 災害により自宅へ戻れなくなった人たちが一時的に滞在する施設です。
- 被災した人が次の住まいを確保するまでの間、生活する場所になります。
- 市では、小中学校の体育館や公民館の集会室などを指定しています。
- 市が安全を確認した後に開設します。  
※長期避難のための避難所を開設した場合は、ホームページや防災メールなどでお知らせします

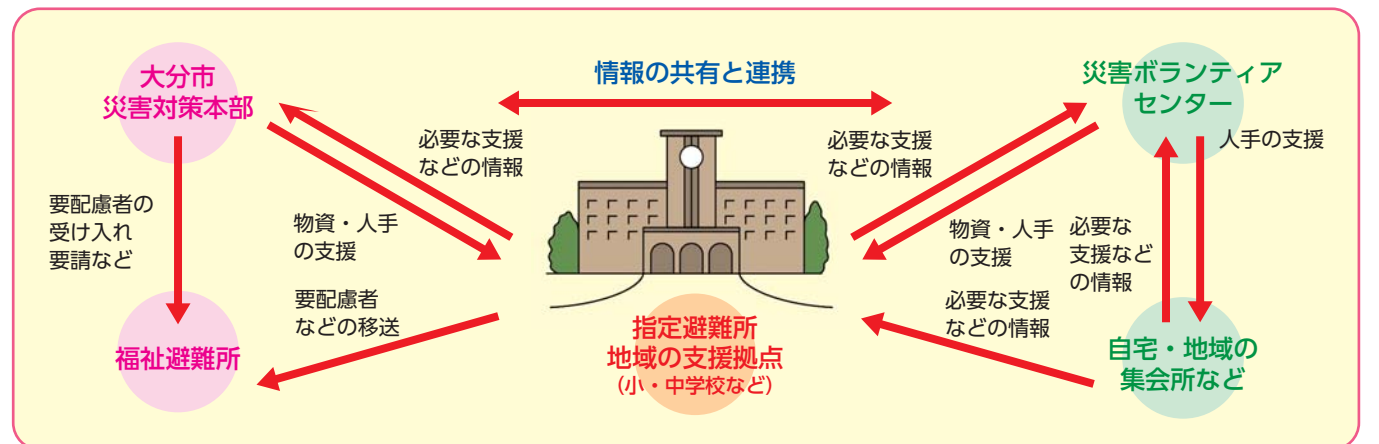


## 指定避難所を拠点とした情報・物資・人の流れ

災害時、自宅の被害が軽微な場合の在宅避難など、避難所以外で避難生活する場合にも、断水や停電などで支援が必要になることがあります。

指定避難所には、地域の支援拠点としての役割もあり、避難所以外の避難者に救援物資や支援情報などを提供するとともに、状況によっては給水拠点や救護所が設置されることもあります。

また、電話が使用できない場合などは、指定避難所を中心として安否確認を行うこともあります。



### ※福祉避難所

災害が長期化した際に指定避難所での生活が困難と判断された方（寝たきりの高齢者や重度の障がい者など）を受け入れるための二次的な避難所です。市では、協定に基づき民間の福祉施設を指定しています。