

災害にそなえる

●自宅や周辺の確認

屋根・雨どい

瓦のひび、割れ、はがれなどはないか
雨どいに落ち葉などは溜まっていないか
アンテナは不安定ではないか

ベランダ

植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険があるものがないか

家財

濡れると困るものを移動しているか

備蓄

家族全員分の食料や飲料水は準備できているか

窓

窓や雨戸にがたつきはないか

外壁

外壁に亀裂はないか
ブロック塀に傾きなどはないか

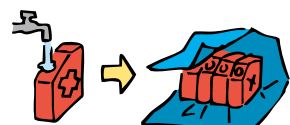
排水溝

周辺の排水溝にゴミや土砂が溜まっていないか

●家庭でできる水害対策



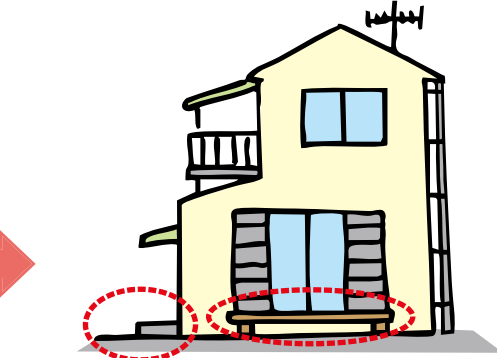
ゴミ袋と段ボール



ポリタンクとレジャーシート



フланターとレジャーシート



水の侵入口となるところに並べる

●住んでいる場所の情報 自分の住んでいる場所の情報をチェックしてみよう

STEP1 当てはまる場所にチェック

土砂災害 警戒区域	
5.0～ 10.0m 未満	
3.0～ 5.0m 未満	
0.5～ 3.0m 未満	
0.0～ 0.5m 未満	
危険区域外	

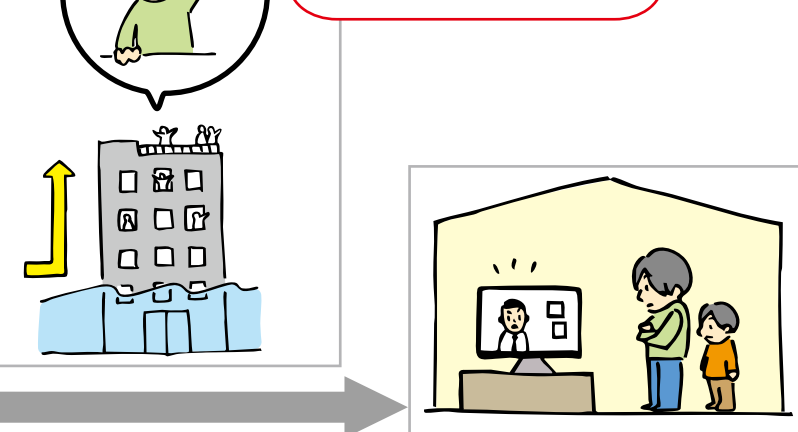
STEP2 避難行動を検討する



まずは **水平避難**

逃げ遅れたら・・・

垂直避難
高い所に逃げる！
自宅の2階以上または
堅牢な建物の2階以上へ



待機して安全を確保

●日頃のそなえ

非常持ち出し袋などの用意

いざというとき使えるように
定期的に中身を確認しましょう。



非常持ち出し袋に準備しておくもの

- ☐ 救急用品
- ☐ ヘルメット、防災ずきん
- ☐ 懐中電灯・携帯ラジオ
- ☐ 予備電池・携帯充電器
- ☐ 軍手
- ☐ ビニール袋、ゴミ袋
- ☐ ティッシュ、ウェットティッシュ
- ☐ ペン・ノート
- ☐ 衣類・下着
- ☐ タオル、毛布
- ☐ 飲料水
- ☐ 非常食・携帯食

避難前に持出しを確認するもの

- ☐ 貴重品（通帳・印鑑）、現金
- ☐ 携帯電話、スマートフォン
- ☐ 常備薬（おくすり手帳）

感染症対策グッズ

- ☐ マスク
- ☐ 体温計
- ☐ アルコール消毒液・除菌シート
- ☐ 使い捨てビニール手袋

あると安心便利グッズ

- | | |
|----------------------------------|---|
| ☐ 防寒着、雨具 | ☐ マッチ（ライター）・ろうそく |
| ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 洗面用具 |
| ☐ 簡易食器 | ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉 |
| ☐ ガムテープ | ☐ 石けん・ハンドソープ |
| ☐ 生理用品 | ☐ めがね（予備） |

乳幼児がいる場合

- ☐ 粉ミルク・哺乳瓶
- ☐ おむつ
- ☐ 母子健康手帳

ペットがいる場合

- ☐ ペット用品（食べ物・トイレ）
- ☐ ケージ

いざというときに期限切れにならないよう、日頃からストックしたものを定期的に消費しながら備蓄品を更新する「ローリングストック法」で災害に備えましょう。
できるだけ普段の生活で利用しやすい食品等を準備しておきましょう。
（アルファ米、ビスケット、チョコレート、レトルト食品など）

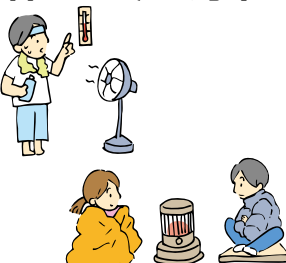


●避難所での対応

助け合いのこころ



暑さ・寒さ対策



ルールを守る



プライバシー



感染症対策



女性への配慮を



ペットの管理

