

来年は
日曜日!



毎年1月17日に 全市一斉総合防災訓練を行います!

箕面市では、阪神・淡路大震災が起きた1月17日に毎年、曜日に関わらず全市一斉総合防災訓練を実施しています。来年の訓練は日曜日! 家族や地域みなさんと協力して安否確認や避難訓練ができる絶好のチャンスです!

全市一斉総合防災訓練には**家族全員で必ず参加してください!**

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、規模を縮小したり、開催を中止する可能性があります。

今すぐ始める習慣③

車のガソリンは 「いつも」満タンに!

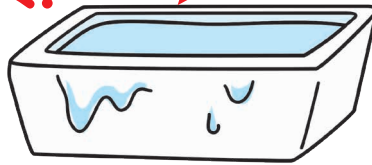
「出かける前に給油」ではなく、
「帰りに給油」を習慣にしておきましょう。
車は、移動手段としてだけでなく、
エアコンで暖をとることができます。
また、カーバッテリーを利用して、
スマホや携帯電話の充電ができます!



今すぐ始める習慣②

お風呂の水は 「いつも」張っておく!

災害が起きたとき、
お風呂の水はトイレの流し水など
生活用水として使えます。
いつも水を張っておきましょう。



平成30年6月の大阪北部地震で 断水したお宅の声

私の住んでいるマンションでは、
停電と同時に断水が発生しました。
そのとき、最も困ったのは、トイレ
や洗濯など、生活水の確保です。
同じ階のかたがお風呂の水を
分けてくださり、本当に助かりまし
た。今後の習慣として、お風呂の水
は常に張っておくようにします。

ここがポイント!

一番困るのは「生活用水」

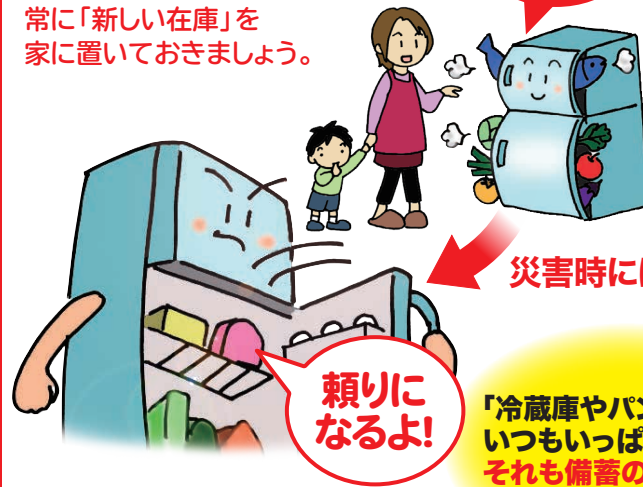
阪神・淡路大震災の被災者を
対象とした国のアンケート調査
では、震災後に最も困ったことは
「生活水の確保」という結果
が出ています。例えば、トイレを
1回流すにはバケツ1杯分(約6
〜8ℓ)の水が必要となります。お
風呂の水は「いつも」張っておく
ことを、習慣にしてください。

今すぐ、3日間持ちこたえる家庭の備えを始める!

今すぐ始める習慣①

冷蔵庫やパントリーは 「いつも」いっぱい!

普段から、多めに買い置き、
古いものから消費して、
使ったらまたすぐ買い足しておく。
常に「新しい在庫」を
家に置いておきましょう。



今すぐ始める

3つの習慣

毎日のちよつとした工夫が、
災害時には大きく役立ちます!
普段から次のことを習慣にしてください!

災害時には

「冷蔵庫やパントリーが
いつもいっぱい…」
それも備蓄のうちです!

平成30年9月の台風21号で 停電したお宅の声

停電後の食糧は、冷蔵庫の冷蔵
室のものから食べ始め、次に冷凍室
のもの、レトルト食品などの保存食
と、順番を考えて消費しました。3日
間停電しましたが、なんとか対応で
きました。

ここがポイント!

「冷蔵庫は食料品備蓄庫」

停電後は、冷蔵庫の扉の開け
閉めをなるべくしないことで、中
の冷気を保つことができます。ま
た、冷凍室の食材は、それ自体が
保冷剤の役割を果たします。冷
蔵の食材が多い場合は、冷凍室
に移したり、クーラーボックスを
活用して冷凍食材などと一緒に
保存することで、長持ちさせるこ
とができます。

食糧 普段食べているものでOK! 調理しなくても食べられる ものをそろえてください

- レトルト食品(おかゆ・雑炊・シチューなど)
- 缶詰・ビン詰め食品



水 9リットル×家族の人数 ひとり1日3リットルの 飲料水が必要です (4人家族なら9リットル×4人)



箱ごと買って
物置に入れて
おいてください!

食糧・水は必ずストック
しておいてください!

3日分!

停電・断水時を想定して、非常用持ち出し袋を準備する!

停電

- 電灯がつかない…
- テレビが見られない…
- 携帯電話が充電切れ…



ラジオを買っておいてください!

箕面市では、災害時の緊急情報をタッキー816
(FM81.6MHz)で繰り返し放送します。
いざというときのために、持ち運びができるラジ
オを買っておいてください。スマートフォンなどで、
タッキー816を受信できるものがあります。

玄関周りに

非常用 持ち出し袋

断水

- トイレが流せない…
- お風呂に入れない…
- 食器が洗えない…



その他

- 缶・ホイッスル
(助けを呼ぶため)
- 無いと困るもの

- *水を少しと軽い食糧
- *赤ちゃんの粉ミルク・おむつ
- *いつも飲んでいる薬
- *マスク
- *コンタクトレンズ(または予備のメガネ)
- *生理用品
- *ティッシュ

普段からこれらの備蓄品は、非常用持ち出し袋に入れて
玄関周りに置いておきましょう!

命の パスポート

シリーズ 112

明日くるかもしれない大災害! 今すぐ始めよう! 家庭の備え