

災害への備え

災害によりライフラインや物流が停止すると、避難生活が大変困難なものとなります。災害はいつ発生するかわかりません。自分たち家族の備蓄は自分たちで、日ごろから準備しておきましょう。

圖防災課 34-2059



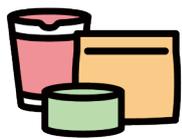
Q どれだけ準備すればいいの？

A 3日間分、できれば一週間分が備蓄量の必要目安です

災害に遭ってから救援活動を受けられるまでは、手元にある物資で生活しなければなりません。ローリングストック法も活用して備えておきましょう。



例えば、1人が一週間分を備蓄すると



食料

$$\begin{matrix} 1日 \\ 3食 \end{matrix} \times \begin{matrix} 7日 \end{matrix} = 21 \text{ 食分}$$



飲料水

$$\begin{matrix} 1日 \\ 3ℓ \end{matrix} \times \begin{matrix} 7日 \end{matrix} = 21 \text{ ℓ}$$



簡易トイレ

$$\begin{matrix} 1日 \\ 5回 \end{matrix} \times \begin{matrix} 7日 \end{matrix} = 35 \text{ 回分}$$

ローリングストック法

レトルトや加熱しなくても食べられる缶詰、飲料水などを備えておきましょう

「防災用」として手を付けずに保管しておくのではなく、普段から食べているものを備蓄しつつ、使った分を補充して常に一定量の食材を備蓄する方法です。こうすることで、常に消費期限に余裕のある新しい非常食を家に備えておけます。





避難のときに持っていくものは？

自分にとって必要な物を考え、準備することが重要です

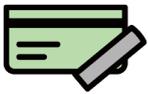
A 当面必要となる最小限の品をリュックなどにまとめておけばすぐに持ち出せます

自宅が倒壊するなどして避難所に避難しなければならないとき、すぐに持ち出せる玄関の近くや寝室、車の中、物置などに配置しておきましょう。

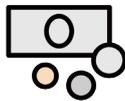
※これらの物品は一例です。各家庭、各個人に合った物を考えて準備しましょう。



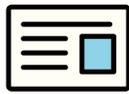
貴重品



・通帳



・現金

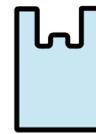


・免許証、保険証などのコピー

衛生用品



・持病の薬や常備薬



・ビニール袋

トイレや水袋、水タンクとして使用できます

・マスク、ウェットティッシュ、トイレットペーパーなど

・カイロ

・手指消毒用アルコール

・おむつ

・歯ブラシなどの日用品

・生理用品

衣類・食品



・非常食、飲料水、乳幼児用ミルク



・衣類、タオル



・雨具

食器にかぶせることで食器を汚さず、洗わずにすみます

・紙コップ、紙皿、箸

・ラップ

POINT



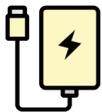
・簡易トイレ

今年1月に起こった能登半島地震でも「トイレ」が問題になりました。必ず備蓄をお願いします。

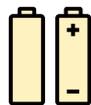
情報収集用品



・充電式などのラジオ



・モバイルバッテリーや充電器



・乾電池

安全用品



・田原本町総合防災MAP



・懐中電灯



・軍手

備蓄情報関連サイト

首相官邸

「災害の「備え」チェックリスト」



非常用持ち出し品のチェックリストです。持ち出し品の参考にしてください。

農林水産省

「家庭備蓄ポータル」



乳幼児、高齢者、食物アレルギーの人などに向けて、必要な情報が公開されています。

東京備蓄ナビ



質問に答えると、家庭に合わせた備蓄品目と必要量がリストで確認できます。



自助

自らの命は
自ら守る



共助

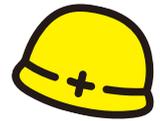
自分の地域は
自分たちで守る



公助

県や市町村などの
行政が行う

自分たちの地域は自分たちで守る！
自発的な防災組織のこと



自主防災組織で地域を守ろう

「誰一人取り残さないように」

今里自主防災会は 2012 年 3 月に結成、役員 25 人で構成。
実践的な避難訓練や防災訓練を行っています。

今里自主防災会会長
(今里自治会長)

豆田 至功 さん



【避難訓練でのテント張り】 担当班以外の参加者も体験

今年の避難訓練は、想定される東南海地震に備えて 2 カ所電柱が倒れた場合の避難経路を作成しました。声を掛け合い、誰一人取り残さないようにすることが目標です。

災害が起こった場合、地域の防災力が試されます。すぐに公助は難しい。自助だけでも難しい。地域でどう支えあえるかが重要です。自主防災会の活動は地域の方がお互いに会って知ることのできる良い機会にもなっています。地域コミュニティの強化、いざというときの支え合いの基盤になればと思います。



【今里ウォーク】 実際に歩いて消火器・消火栓の設置場所、危険箇所など確認

田原本町の自主防災組織

各自治会で結成・運営され、100自治会のなかで 81 の組織が活動されています。(令和 6 年 4 月時点)

- 活動例 ▶ 防災知識の普及
▶ 訓練の実施 など

自主防災組織補助金

自主防災会の結成や活動に要する資機材の費用などを、最大 2 分の 1 まで補助します。その他要件もありますので、詳しくは防災課へご連絡ください。



自主防災組織を
設立しましょう



自主防災組織の
活動例