

震災被災者に聞いた

災害時に必要だと思うもの BEST 10

1 懐中電灯 	2 水  飲料水は1人1日3L必要	3 携帯ラジオ 	4 食糧 	5 乾電池 
6 卓上コンロ 	7 タオル 	8 現金 	9 ポリタンク 	10 救急セット 

その他役に立つもの

軍手、ヘルメット、ビニール袋、ライター、預金通帳の番号控え、保険証、免許証コピー、筆記具、歯磨きセット、衣類、防寒服、保温シートなど

参考：(財)消防科学総合センター「大地震被災経験者に聞く」

●非常持出袋での持出品は成人男性15kg、成人女性10kgを目安に、必要なものを選んでください。

●食糧は、消費期限が長い、食べなれているものを中心に備蓄しておきましょう。

例) 即席麺(カップ麺・袋麺)、レトルト食品、パック米飯、缶詰など

災害時に必要な物品は、各家庭での備蓄が基本となります。食料や飲料水は3日から1週間分を用意し、定期的に消費期限などを確認しておきましょう。また、非常持出袋を準備し、いざというときに備えましょう。



食料や日用品を備蓄する



いざというときのために 地震への備え

問(市)危機管理課

いざというときのために 備えていますか？

地震などの災害は、いつどこで起こるか分かりません。いざというときに慌てないように備えておきましょう。

備蓄品や避難所・避難経路の確認、家族との連絡方法を決めるなど、できることから一つずつ始めてみましょう。

あらかじめ行った備えが、いざというときあなたを守ります。今一度、確認してみてください。



耐震化で命を守る

震度6の地震で、たんすなど重い家具が転倒し、耐震性の低い建物は倒壊や倒壊によって道をふさいでしまう可能性があります。自宅の耐震診断を行い、必要であれば耐震補強を行いましょ。

家具などの下敷きにならないように壁などに固定し、配置を工夫しましょう。

住宅や自治会の集会所の耐震診断・補強への助成もありますので、ご利用ください。



防災訓練に参加する

いざというときのために普段から地域で行われる訓練に参加しましょう。

訓練には、情報収集・伝達、消火、救出・救助、避難、避難所運営、炊き出しなど様々な訓練があります。

また、いろいろな訓練を組み合わせて行う総合訓練や、町内清掃などの行事に防災の要素を取り入れて行うイベント型訓練があります。繰り返し参加して訓練を積み上げましょう。



訓練を支援します
ご希望の場合は問い合わせてください。

○(市)消防本部

問 ☎82-0119

○三木防災リーダーの会
問(市)危機管理課



情報入手する

市では、災害時には、災害や避難の情報などを、次の手段で市民の皆様にお伝えします。

- 緊急エリアメール
- 三木安全安心ネット
- 三木市ホームページ
- FMみつきい
- (76.1MHz)
- テレビ など



携帯電話に三木安全安心ネットを登録し、災害時に情報を受け取れるようにしておいてください。