

# 家庭内備蓄のススメ - 3日分、できれば7日分 -

## 家庭でも備蓄を進めよう

大規模災害発生時には、電気・水道・ガスなどのライフラインが止まり、普段どおりの生活が困難になる可能性があります。また、救援物資が届くまでに時間がかかることが想定されます。各家庭で3日分から7日分を目安に、飲料水や食料などを備蓄しておきましょう。



## わが家に合わせた備蓄を

災害時に必要となるものは、家庭の状況によって様々です。家族構成や状況に応じて、必要なものを非常持出品に加えましょう。

### ●乳幼児がいる場合



粉ミルク、ほ乳瓶、離乳食、紙おむつ、ウェットティッシュなど

### ●高齢者がいる場合



常備薬、介護用品、入れ歯、補助具の予備、紙おむつなど

### ●持病・アレルギーがある場合



症状に応じた薬や食べ物など

## 消費しながら備えるローリングストック法

ローリングストック法は、保存食を日常的に消費し、食べた分だけ買い足していく備蓄方法です。保存食を備蓄したまま賞味期限が過ぎるなどの失敗を防ぎ、常に新しい保存食を備蓄する方法です。



## 非常時に持ち出すものは

避難するときに非常持出品全てを持ち出すことは困難です。リュックサックなどの非常持出袋に入れて最優先で持ち出す一次持出品と、避難生活が長引く場合に、必要に応じて自宅に取りに行く二次持出品とに分けておくと便利です。

非常持出袋は置き場所も重要！すぐ手に取れるように、枕元や出入口付近に置いておきましょう。



※非常持出品の例は裏表紙を参照

# みんなの町は、みんなで守る

## 大切なのは地域のつながり

大規模な災害時には、行政の対応能力を超える被害が予想されます。そのため、近隣の住民による助け合いが不可欠となります。平成7年の阪神・淡路大震災では、救助を必要とする人のほとんどが、家族や近隣の方により救出されたといわれています。いざというときに助け合うためには、日頃からの声のかけ合い、地域の行事への参加などによる近隣の人々との関係づくりが大切です。

## 避難行動要支援者を支えよう

避難行動要支援者とは、災害時に自力で避難したり、避難情報入手したりすることが困難で、手助けが必要な人のことです。災害の発生に備えて日頃からの見守りや協力支援が大切です。

### ●日頃からの見守りと声掛け



ふだんから挨拶をするなど、顔の見える関係づくりをし、必要な支援内容などを話し合っておきましょう。

### ●相手の立場に立って思いやりを



目や耳の不自由な方、車いすを使っている方など、相手の立場に立った支援を行いましょう。

### ●地域での協力支援体制を整える



地域の支援体制を具体的に決めておき、要支援者にも、地域の取り組みを知らせておきましょう。

## 自主防災組織に参加しよう

### 自主防災組織とは

自主防災組織は、地域の方々が「自分たちの地域は、自分たちで守る」という趣旨で、自発的に、初期消火、救出・救護、集団避難、給水・給食などの防災活動を行う団体（組織）のことです。



### 平常時の活動

安全点検や防災訓練などを通じて、日頃から大規模な災害に備えるための活動を行います。

- 防災知識の普及
- 避難路・避難場所の確認
- 防災資機材の整備
- 必要な物資の備蓄
- 避難行動要支援者の確認
- 防災訓練 等

### 災害時の活動

大規模な災害が発生したときに、人命を守るとともに被害の拡大を防ぎ、被災者を救護するために必要な活動を実施します。

- 情報収集・伝達
- 避難誘導
- 救出・救護
- 初期消火
- 避難所運営、給水・給食
- 地域の安全点検 等

### 結成するためには

- 自治会内での組織結成に向けての話し合いなどにより、構成員の合意を得る。
- 熊谷市役所危機管理室に自主防災組織結成の届出を行う。  
◆届出書類…自主防災組織届出書と添付書類(規約・組織編成図・役員名簿等)

【問合せ先】 危機管理室 電話:048-524-1111(代表)