

備蓄品と非常持ち出し袋を確認しましょう！

大災害になればなるほど支援物資が届くのに時間がかかります。最低でも3日間（できれば1週間）は、自力で乗り越えられるよう水、食料、日用品などを備蓄しましょう。

非常持ち出し袋も定期的に点検しましょう。特に飲料水、非常食や電池などの期限切れに注意が必要です。また、避難者が忘れがちなのが持病薬、おくすり手帳、眼鏡、入れ歯、補聴器などがあります。災害時にあわてて準備すると忘れ物が多くなります。市の「防災ガイドブック」などを参考に確認しておきましょう。

☑ 非常持出袋

非常時に持ち出すと便利なものです。

- 飲料水 (1人1リットル程)
- 非常食 (調理不要のものを3食)
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 予備の電池
- 携帯電話・充電器
- ヘルメット・防災ずきん
- ホイッスル
- マッチ・ライター
- ローソク

- ナイフ・缶切り
- ロープ
- 軍手・手袋
- レジャーシート
- タオル
- 石鹸
- ティッシュペーパー
- ウェットティッシュ
- トイレットペーパー
- ビニール袋・ポリ袋
- 歯ブラシ (コップ付)
- 上着・防寒着
- 下着
- 靴下
- メガネ
- マスク

- 毛布
- レインコート
- 安全ピン
- 毛抜き・綿棒・爪切り
- 布ガムテープ
- 携帯カイロ
- 持病薬
- 体温計
- 解熱剤・風邪薬・胃腸薬
- 除菌シート
- おくすり手帳
- 現金 (紙幣・硬貨)
- 印鑑
- 健康保険証
- 預金通帳・証券類
- 身分証明書 (コピー可)



☑ 女性用品

- 生理用品
- 化粧品
- ひざかけ
- 手鏡

☑ 乳幼児がいる場合

- 粉ミルク
- 離乳食
- 哺乳瓶
- 携帯やかん・燃料
- 紙おむつ・おしりふき
- おんぶひも
- 防寒用品
- 母子手帳

☑ お年寄りがいる場合

- 介護用品
- 常備薬
- 流動食

☑ 避難所等で必要になるもの

- 筆記用具・メモ帳
- ラップ
- 大判タオル
- アルミシート
- スリッパ
- 座布団
- 寝袋
- 洗面用品
- ドライシャンプー
- 空のダンボール
- 着替え
- 補聴器
- 耳栓
- アイマスク
- 圧縮袋



☑ ペットがいる場合

- 飲料水・食料
- トイレシート
- キャリーケース

防災ガイドブックは市ホームページで公開しています



【下妻市防災ガイドブック】



問 市危機管理室 ☎43-2119 FAX 43-4214

水害対策

と

備蓄のススメ

リスクが高まる時期がやってきます

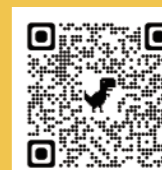


水害での対応の遅れは大きな被害や命の危機につながります。

家族で話し合っマイタイムラインを作成しておき、早めの備えと避難に心掛けましょう。

マイタイムラインとは？

住民一人ひとりのタイムライン (防災行動計画) であり、台風等の接近による大雨によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。自らが様々な洪水リスクを知り、どのような避難行動が必要か、また、どのようなタイミングで避難することが良いのか日常的に考えることが大切です。



WEBで作成
できます

水害対応のマイタイムラインを作成しましょう！

(一例)

5 日前	雨どい、排水溝等の確認・掃除
4 日前	ハザードマップの確認
3 日前	ガソリン等を満タンにする
2 日前	水・食糧・日用品の確認・買い出し
24 時間前	断水・停電等への備えの確認・準備
12 時間前	非常持ち出し品の確認・準備
避難情報等	家内外の補強・固定等
大雨・暴風	避難開始
	避難完了

ホームページ、防災アプリ、防災ポータル
天気予報、河川情報、防災ラジオ

情報収集

【下妻市防災ガイドブック】



【スマートフォン用下妻市防災アプリ】 【携帯電話用下妻市防災無線放送メール】



Android 用



iPhone 用



携帯電話用

下妻市防災アプリ・下妻市防災無線
放送メールをご活用ください

