

防災

日頃の備えが大切です



みなさんは、非常時にどのような備えをしていますか？
普段から少し多めに食材や加工品をストックしておき、日常生活の中で備蓄品を使うことで、賞味期限切れを防ぐことができます。
また、非常時の予行訓練にもなりそうですね。使った分、新しい備蓄品を買い足し、常に一定の食材を備蓄していく方法をローリングストックと呼んでいます。
使いながら備蓄する「ローリングストック」がおススメです。



非常持ち出し品リスト

川崎市防災ポータルサイトより

- | | |
|-------|--|
| 水・食料 | <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 携行食・非常食（ビスケット・缶詰など） |
| 医療・衛生 | <input type="checkbox"/> いつも服用している薬 <input type="checkbox"/> 救急医療品 <input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・口腔ケア用品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| 貴重品 | <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証・預金通帳（コピー可） |
| 安全対策 | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 厚底の靴 <input type="checkbox"/> 軍手 |
| 道具類 | <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 電池
<input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 携帯カイロ <input type="checkbox"/> ロープ <input type="checkbox"/> ライター・マッチ
<input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> 入れ歯・眼鏡 |
| 衣類 | <input type="checkbox"/> 上着（防寒着） <input type="checkbox"/> 下着・靴下 <input type="checkbox"/> 携帯レインコート |
| 生活用品 | <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ・ティッシュ
<input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ゴミ袋・ポリ袋 |



上記はあくまで一例です。各家庭の事情に合わせたものを用意しましょう。
* 乳幼児のいる家庭では粉ミルクや離乳食、オムツやほ乳瓶が必要です。
* 小さな子どもがいる家庭では、お菓子やおもちゃが必要になることもあります。
* お薬手帳の用意があれば、主治医でなくても適切に薬を処方してもらえます。

災害への日頃の備えや、
防災対策に役立つ情報
が掲載されています。

川崎市

防災ポータルサイト

避難情報

公共情報

防災マップ

気象情報

防災ポータルサイトはこちらから→



川崎 防災

検索

相談は
無料です。

担当区域：宿河原3～7丁目
堰1～3丁目
長尾3～7丁目

しゅくがわら
地域包括支援センター

☎ 044-930-5151
多摩区宿河原6-20-19

まちがいはがし
こたえ

