

# 日頃の備え



## 防災について考えましょう

大きな災害に対して市民一人ひとりが備えることができるよう各項目について確認しながら災害への備えについて考えましょう。

### ① 災害を知り、イメージしましょう

～災害とは何かについて、概要や基礎知識を知りましょう～

- ・災害の発生メカニズム
- ・災害による危険性
- ・災害発生時における自助、共助、公助の役割分担
- ・災害をイメージし、「もしも」に備えましょう



### ② 日頃からの備えを確認しましょう

～個人や家庭単位で必ず確認してほしいこと～

- ・自宅の場所及び周囲の危険性⇒ハザードマップを確認し、危険性を把握しましょう。
- ・避難場所と避難所を確認する。
- ・避難経路を確認する。
  - ①日頃の生活で使用している道路で、雨による増水など危険性の少ない安全な道を避難経路としましょう。
  - ②複数の避難経路を考えておきましょう。
  - ③実際に歩いて危険箇所や時間を確認してみましょう。
- ・避難時の準備（持ち出し品、連絡方法）を確認する。

～自分の地域はみんなで協力して災害に備えましょう～

- ・緊急連絡網（日頃からのコミュニティの醸成）の作成
- ・避難行動要支援者への避難支援
- ・積極的な防災訓練の実施や参加
- ・住民支え合いマップづくりの推進



### ③ 情報収集をしましょう

～テレビなどで積極的な情報収集を行い、災害を事前に備えましょう～

- ・気象情報を理解する。
- ・テレビやラジオ、インターネットなど多種多様な媒体から情報収集に努めましょう。

### ④ 災害時の避難情報と避難行動について

～安全で迅速な避難を行うために～

- ・避難情報の種類と避難行動を把握しましょう。
- ・P.26わが家の避難計画に基づき避難行動を迅速に行いましょう。

広告

## 環境関係許認可等諸手続

## 清水行政書士事務所

所長/行政書士 清水 博 行政書士 清水 翔

TEL.0265-22-1171

FAX.0265-22-1511

E-mail : shzs@cocoa.ocn.ne.jp

飯田市松尾上溝2810-2



## 緊急時対策 地震のときのガス対応

① まず、身の安全の確保

② すばやく火の始末、ガス栓をしめる

③ 異常がないことを確認して使用を再開する

※異常がある時は、ガスを使わず信州ガスへご連絡下さい



ガス栓

器具栓

メーターガス栓

信州ガス株式会社

お問い合わせはお気軽にどうぞ  
0265-22-3808  
飯田市箕瀬町3丁目2700番地



## 非常持ち出し品のチェック

災害時に備えて準備しておくものは、家族構成を考えて必要数をそろえ、保管しておきましょう。  
また、非常持出品は、リュックサックなどに入れて保管し、それ以外の備蓄品とは分けておきましょう。

### 最低限準備しておくべきもの

避難する時に持ち出す最小限の必需品。男性で15kg、女性で10kg程度を目安にリュック等の持ち出しやすい状態で準備しておきましょう。

**食料・日用品は7日以上準備**

#### ●携行品

✓ 飲料水	<p>(飲料水は一人1日3ℓを目安に!!)</p> <p>※食料は美味しいもの、好きなものを備蓄しましょう。</p>
✓ 懐中電灯	
✓ 笛 (ホイッスル)	
✓ 携帯食	
✓ 携帯ラジオ	
✓ 携帯電話 (予備電池も)	
✓ 持病薬	
✓ 雨具	
✓ 簡易トイレ	

#### ●非常持出品 携行品のほかに

✓ 非常食		
✓ ヘルメット		
✓ 手袋		
✓ 乾電池		
✓ 救急用具		
✓ 衛生用品		
✓ 防寒グッズ		
✓ タオル		
✓ ビニールシート		
✓ 布ガムテープ		
✓ メモ		
✓ 便袋		など

#### ●備蓄品 携行品・持出品のほかに

✓ 衣類		
✓ 毛布		
✓ 保存食類		
✓ 食器、鍋		
✓ ラップ、ホイル		
✓ カセットコンロ		
✓ カセットボンベ		
✓ 歯磨き等		
✓ ドライシャンプー		
✓ 給水袋、ポリタンク		
✓ スリッパ		
✓ 工具		
✓ 重曹 (消臭・掃除)		など

※車の燃料などは半分になったら補充しましょう!!

### 広告

# 分別不要!

## タカハがすっきり片付けます!!

防災に備える生活もお手伝。  
キレイな暮らしの専門店

産業廃棄物収集運搬業  
許可番号: 2003079748

- 廃棄物収集運搬
- セコム総代理店
- ゼンリン住宅地図特約店
- アパート清掃及び管理
- リサイクル品製造販売

## 有限会社 タカハ

〒395-0823 長野県飯田市松尾明7714-1  
TEL.0265-23-8283 FAX.0265-23-8270  
詳細はこちら [www.takaha-jp](http://www.takaha-jp)