

防災チェックシート

災害発生直後は、食料品や日用品の確保が難しくなります。
いざという時に備え、日頃から非常持ち出し品を確認して常備しておきましょう。
備蓄する量は最低3日分、できれば7日分が理想です。

非常持出品リスト

これを参考に**各ご家庭**の事情に合わせてご用意ください。
持ち出すときに便利なのは両手が自由に使えるリュックサックのような袋です。

食料関係

- 飲料水
- 非常食
(レトルト食品、缶詰、
フリーズドライ食品など)
- ミルク、離乳食
(赤ちゃんがいるご家族)
- ナイフ、缶切り
- 紙皿・紙コップ・ラップ
- カセットコンロ
- 鍋、水筒

貴重品

- 現金(紙幣、小銭)・預金通帳
- 運転免許証・健康保険証(の写し)など身分を証明するもの
- 印鑑

救急・安全

- 救急医薬品、常備薬の予備
- メガネ・コンタクトレンズ
- 防災ずきん、帽子、ヘルメット
- ホイッスル
- 下着
- 雨具
- タオル
- 厚底の靴、動きやすいスニーカー

日用品

- 電池で聞けるラジオ
- 懐中電灯・LEDランタン
(& 予備の電池)
- モバイルバッテリー
- 使い捨てカイロ
- 災害用簡易トイレ
- 生理用品、紙おむつ、お尻拭き
- ティッシュ、トイレトペーパー
- ウエットティッシュ、ウエットタオル
- 液体歯みがき、歯ブラシ
(口腔ケア商品)
- 筆記用具
- ビニール袋・ポリ袋

毎日の生活にローリングストックを!

家族構成や生活スタイルにあわせて、ふだん使っている食料品や日用品を少し多めに買い置きして、順番に使いながら新しく買い足して一定の備蓄量を保つ方法。消費しながら補充して災害に備えます。



緊急速報メール



がけ崩れの危険などを伝える土砂災害警戒情報、河川の氾濫のおそれがあることを伝える洪水情報が発表されたときは、神奈川県から対象地域に緊急速報メールが配信されます。
緊急速報メールの事前登録は不要です。

災害に対し「常に備えよ」の心がけを忘れずに!



- 家の中の安全対策、できていますか?
「倒れてくるもの」「落ちてくるもの」「移動してくるもの」に注意です。
- 家族の間の連絡方法は決まっていますか?
「災害伝言ダイヤル171」「災害用伝言板」を利用することも方法の一つです。
9月の防災週間や毎月1日などに体験利用ができます。ぜひ一度試してみてください。
- 避難場所は確認できていますか?
市区町村が発行しているハザードマップで避難場所までの避難ルート調べておきましょう。

