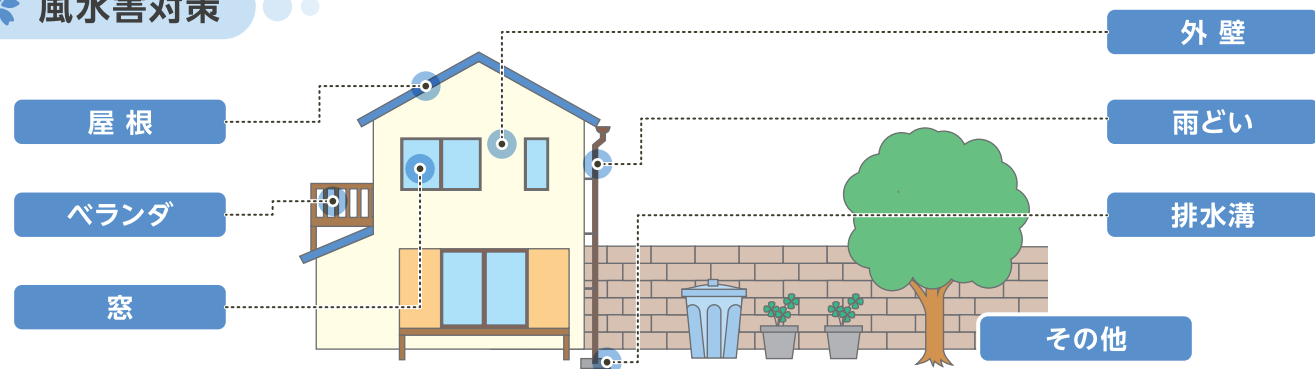




災害に備えて

風水害対策



屋根

- ☐ アンテナは不安定ではないか。
- ☐ トタンがめくれていないか。
- ☐ 瓦のひび・割れ・はがれがないか。

ベランダ

- ☐ 植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険のあるものがないか。

窓

- ☐ 窓枠のがたつきはないか。
- ☐ 雨戸のがたつきはないか。

雨どい

- ☐ 雨どいに落ち葉などが詰まっているか。
- ☐ 継ぎ目のはずれや塗装のはがれ、腐りはないか。

外壁

- ☐ 壁に亀裂がないか。

排水溝

- ☐ 排水溝にごみや土砂が詰まっているか。

その他

- ☐ 商店などでは看板のぐらつきがないか。
- ☐ ゴミ箱や植木鉢などは室内に入れるか、飛ばないように固定しているか。
- ☐ 庭木には添え木をしているか。
- ☐ ブロック塀が崩れそうになっていないか。
- ☐ プロパンガスのボンベが鎖でしっかり固定されているか。

地震対策

木造住宅耐震化

わが家の「耐震性」を点検し、「耐震補強」をして、より安心・安全な地震対策を行きましょう。

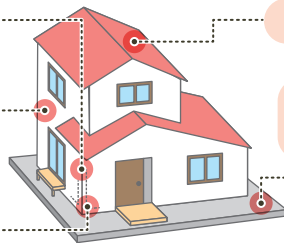
「接合部」の補強

「屋根」の軽量化

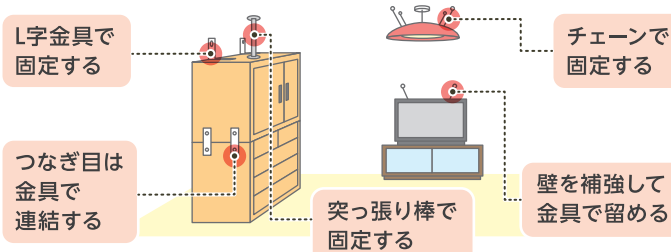
「壁」の補強

「基礎・地盤」の補強

「老朽・腐朽部材」の交換

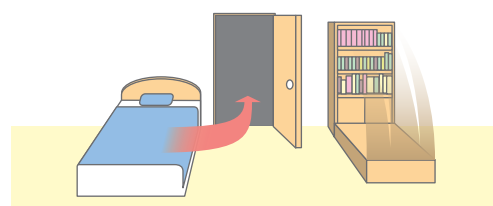


家具が倒れないように固定しましょう



家具やテレビなどを固定し、転倒や落下を防止する。

家具の配置に注意しましょう



寝室には倒れそうな家具を置かない。
扉をふさぐような配置をしない。

非常用持出品

避難先で必要なものは自宅から持ち出すのが基本です。下記のリストを参考に動きやすい量だけ準備し、リュックサックなどに入れて、すぐに持ち出せる場所に保管しましょう。

非常食

- ☐ 飲料水
- ☐ 食料品（レトルト食品、缶詰、ビスケット、チョコなど）

防災用品

- ☐ ヘルメット、防災ずきんなど
- ☐ 懐中電灯、ヘッドライト（できれば1人に1つ用意）
- ☐ 予備の乾電池
- ☐ 携帯電話の充電器、モバイルバッテリーなど
- ☐ 携帯ラジオ

救急医療品

- ☐ 常備薬、持病の薬
- ☐ 救急セット
- ☐ 体温計
- ☐ お薬手帳

貴重品

- ☐ 現金（小銭を含む）
- ☐ 預貯金通帳
- ☐ 印鑑
- ☐ 健康保険証
- ☐ 身分証明書（免許証など）

衣類など

- ☐ 衣類、下着、靴下
- ☐ 雨具
- ☐ 防寒用ジャケット
- ☐ 厚手の手袋、軍手
- ☐ マスク
- ☐ 内履き（スリッパなど）

生活用品

- ☐ 洗面用具
- ☐ タオル
- ☐ 毛布
- ☐ 予備の眼鏡、コンタクトレンズ用品など
- ☐ 消毒液
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 携帯トイレ
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 筆記用具
- ☐ ビニール袋
- ☐ レジャーシート

備蓄品

災害の発生直後は、公的な支援物資がすぐに届かなかったり、物流が滞って必要なものが買えないことが想定されます。生活を継続するために、最低3日分、できれば1週間分（家族の人数分）の備蓄品を確保しておきましょう。

食料など

- ☐ 飲料水（1人1日3リットル目安）
- ☐ 非常食（アルファ化米、レトルト食品、インスタント食品、缶詰など）

生活用品

- ☐ トイレットペーパー
- ☐ ティッシュペーパー
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ ビニール袋
- ☐ ラップ
- ☐ 紙皿、紙コップ、割り箸
- ☐ ライター、マッチ、ろうそく
- ☐ カセットコンロ、ガスボンベ
- ☐ 給水用ポリタンク、水（生活用水）
- ☐ 懐中電灯、ヘッドライト、ランタン
- ☐ ラジオ
- ☐ 乾電池
- ☐ 簡易トイレ、携帯トイレ

地域の防災訓練

広報紙などで避難訓練の実施をお知らせしますので、積極的なご参加をお願いします。



● 非常用持出品・備蓄品は、家族構成など（例：乳幼児、妊産婦、要介護者）に合わせて必要なものも準備してください。

● 備蓄した食料を古いものから普段の食事で利用し、食べた分を買い足す「ローリングストック法」を取り入れて、無理なく備蓄することをおすすめします。