

非常持ち出し品を用意しよう

- 被災地に救援物資が届くまでには3日かかると言われています。持ち出し品はこの3日間に必要な分を厳選しておきましょう。
- 乳幼児や高齢者などの家族構成やその他の必要性に応じて準備しましょう。
- 非常持ち出し品は定期的に点検し、保存状態や使用期限などをチェックして、必要に応じて新しいものに交換しましょう。

一次持ち出し品(例)

一次持ち出し品は大地震が発生して避難するとき、まず最初に持ち出すべきものです。



貴重品

現金(10円があると公衆電話利用に便利)、預金通帳、印鑑、免許証、保険証、権利証書など

タオル・下着・靴下など



非常食・水

カンパンや缶詰など火を通さなくても食べられるもの。缶切り、栓抜きも忘れずに。



救急医薬品・常備薬

ばんそうこう、傷薬、包帯、胃腸薬、持病のある人は常備薬など



懐中電灯

できれば1人1つ、予備電池も



携帯ラジオ

AM/FM両方聞けるものを、予備電池も



その他

ティッシュ、軍手、ロープ、マッチ、洗面用具、生理用品など

二次持ち出し品(例)

大災害時に、組織的に救援・復旧活動が軌道に乗るまで、最低3日間は自活できるようにしておきましょう。

食糧

米や簡単な調理で食べられる食品



飲料水



燃料

卓上コンロや固形燃料

1人1日3リットルが目安。ポリタンクなどに保存しておく。

その他

●赤ちゃんがいる場合
粉ミルクやほ乳びん、離乳食、紙おむつなど

●高齢者がいる場合

予備のメガネ、入れ歯、補聴器、大人用おむつなど

避難所での過ごし方

ルールを守りましょう



避難所内では、係員の指示に従ってください。

情報を待ちましょう



災害に関する情報が、ラジオ、テレビ、市からのFAXなどにより随時伝達されますので、風評等に惑わされないください。

避難所では、多くの方で共同生活をしていただくことになります。被害の状況によっては、避難所での生活が長期に渡る場合もありますので、ルールを守り、お互い助け合って生活するように心がけましょう。

配付されるもの



避難所では食料、飲料水、毛布等が配付されます。

勝手な行動は控えましょう



避難所から出る時には、必ず係員等に伝えるようにしてください。

家族防災会議を開きましょう



家族一人ひとりの役割を決めておく



災害時要援護者の支援方法を決めておく

いざという時に家族があわてず行動できるよう、家族防災会議を開いて次のようなことを話し合い、あらかじめ対処方法を決めておきましょう。



非常持ち出し品の準備とチェックしておく



避難場所と避難ルートの確認をしておく



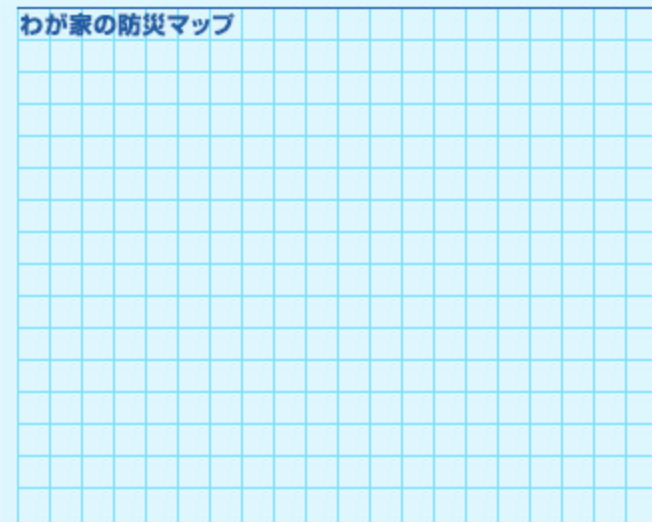
地震発生時の連絡方法を決めておく

わが家の防災メモ

家族で決めた避難場所・集合場所

家族で決めた連絡方法・約束ごと

わが家の防災マップ



家族の連絡先

名前	血液型/メモ(病氣など)	電話	会社・学校名/電話

非常時の連絡先

名前	電話	名前	電話

災害用伝言ダイヤル 171

家族間や知人間などの、安否の確認連絡に活用できます。ご利用にあたっての事前契約等は、一切不要です。

録音 1 7 1 ▶ 1 ▶ (X X X) X X X - X X X X ▶ 伝言を入れる (30秒以内)

被災地の方は自宅の電話番号、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を、**市外局番**からダイヤルしてください。

音声による案内が流れます

再生 1 7 1 ▶ 2 ▶ (X X X) X X X - X X X X ▶ 伝言を聞く

被災地の方は自宅の電話番号、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を、**市外局番**からダイヤルしてください。

音声による案内が流れます

(聞き方)

- ※ 利用可能な端末は一般電話、公衆電話、携帯電話、PHSです。
- ※ 録音された伝言は被災地の方の電話番号を知っているすべての人が聞くことができます。
- ※ 暗証番号(任意の数字4桁)により、他人に聞かれたくない伝言など特定の方々の間での伝言録音・再生もできます。

問合せ先…水戸市 建築指導課・地域安全課
電話 029-224-1111