

# 家庭で備える災害備蓄

～家族全員 3 日分、できれば 1 週間分が目標！～

問い合わせ／吉備庁舎総務課

## 自宅で備えることの重要性

大規模な災害が発生すれば、電気・ガス・水道の不通などによるライフライン被害や、物資供給の停滞が予想されます。材料はあるけど、調理ができない。お金はあるのに物を買えない…。

支援が届くまで、少なくとも 1 週間は、だれにも頼らず生き抜くことができるように備えること…。それが「備蓄」です。

## 日常備蓄

災害備蓄といえば「乾パン」？「アルファ米」？災害用に普段は使わない特別なものじゃないとダメ？

特別なものである必要はありません！

日頃利用している食料品（缶詰やインスタント食品など）や、生活必需品を少し多めに買い置く「日常備蓄」という方法があります。普段食べるものを消費しながら備蓄する「ところてん方式」による家庭備蓄がおすすめ。



## 「非常用持ち出し品」と「備蓄品」は違います！

### 非常持ち出し品

自宅が損傷したり、土砂や浸水の危険性が生じたりして、緊急に避難する際は必要最低限のものを持って避難することが精いっぱい。

緊急避難時に備え、避難場所まで持ち歩ける必要最低限のものを入れた「非常用持ち出し品」をご準備ください。



### 備蓄品

災害が収まり、自宅に戻ることができれば、家庭で備えていた「備蓄品」を持ち出すことができます。飲食物・生活日用品など普段から使い慣れているものを用意しておきましょう。「備蓄品」は自宅が損傷していても取り出せる場所に保管を！



## 自分に必要なものは何かを考える

災害備蓄として必要なものは人によって異なります。

乳幼児や高齢者、病人のいる家庭では、災害時すぐには手に入らないミルクや常備薬などを多めに用意しておくことが大切です。

災害備蓄とは、自分の頭を使って、自分が生きていくために必要なものを買って置きしておくということ。

自分のため、家族のために、少しずつ「災害備蓄」に取り組んでください。