



## 我が家の防災・大地震への備え(3)

### ◆非常持ち出し袋を準備しよう◆

大地震などの災害発生で、いざ避難をするとなると何を持ち出せば良いか直ぐには思い浮かばないものです。いざと言う時に備えて、先ずは必要な**持ち出し品リスト**を作りましょう。そして「**非常持ち出し袋(バッグ)**」を準備し、いつでも持ち出せるようにしましょう(段取り八分)。

また、避難所が開設されても直ぐには必要な物は揃わないことが予測されます。自分の物は自分で用意しましょう。

#### (1)どんな物を備える? (チェックリスト)

##### ・飲料水/非常食

- 飲料水  チョコレート・ビスケット  レトルト食品  
 缶詰(缶切り)  割り箸・スプーン  紙皿・紙コップ

##### ・日用品

- 衣類  タオル  歯ブラシ類  サランラップ・ティッシュ  
 ビニール袋  生理用品  カイロ  
 防寒着  簡易トイレ用品(袋、凝固剤、消臭剤)

##### ・防災用品

- 懐中電灯  携帯ラジオ  乾電池  
 充電器(手廻し・ソーラー)  ヘルメット(防災ずきん)  
 マスク  軍手  ホイッスル  万能ナイフ  
 マッチ・ライター・ろうそく  筆記用具・油性マジック

##### ・救急用品

- 常備薬  キズ薬・消毒薬  ばんそうこう  
 胃腸薬など

##### ・貴重品

- 現金(小銭も必要)  通帳  印鑑  権利証書  
 健康保険証・免許証の写し

##### ・ベビー用品

- 粉ミルク・哺乳瓶  離乳食  紙おむつ  ガーゼ

★詳細な持ち出し品のチェックリストは、インターネットで探してみましょう  
★市販の**キャスター付防災セット**の購入で一気に揃えるのも一案かも

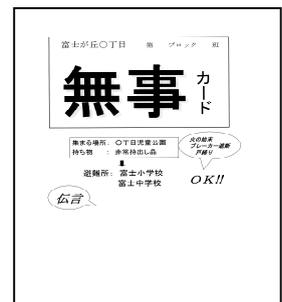
### (2)保管場所など

- ・両手が空けられるようリュックなどに入れ、すぐに持ち出せる場所に置いておきましょう
- ・重さの目安は、**男性 15Kg、女性 10Kg**
- ・一家に一個ではなく、**一人で一個**を準備
- ・日常使用する物は、リスト記載のみで可
- ・地区の防災訓練などに合わせて、**年に1回**は見直しましょう

### (3)避難する際は?

- ・**ブレーカーを落す**(通電火災に備えて)
- ・**ガスの元栓**を閉める
- ・**戸締り**をしっかりと
- ・**無事カード**の掲示(行き先などを記載)
- ・**明るい内に早めに**(暗くなると足元が危険)
- ・近所の方と**声を掛け合い・誘い合っ**て、地区の集合場所へ
- ・**ペットの同伴について**

避難所は、場所の問題、避難民の人数などでペットの受け入れは難しい場合が想定されます。避難所が近い場合は、ペットは一先ず自宅に置いて避難しましょう。



防災便りは、富士が丘ポータルサイトにも掲載しています。  
(<http://sanda-fujiigaoka.com/>) **富士が丘** で検索)

### ◆通信欄◆

・8月6日に市防災出前講座を開催しました。初めての試みで参加者は22人と少なかったですが、災害への備えや市の体制について学ぶことが出来ました。

・今年の**防災訓練は、11月5日(日)**に富士小学校で実施します。今年はより実践的な項目を訓練に取り入れるべく検討しています。また、今年もささやかな**参加賞**を検討しています。

・兵庫県では、無料の「ひょうご防災リーダー講座」の募集を行っています。 <https://www.fire-ac-hvogo.jp/leader/>

◆つぶやき◆ 先日の出前講座で、三田市にはメジャーな活断層はないとお話を伺い少し安堵された方も多いことでしょう。しかしながら、最近の災害は、一度牙をむくと想像を絶するような状況が発生しています。災害は未然に防ぐことはできませんが、**日頃の備えで被害を抑える**ことはできます。自分や大切な家族を守るために、出来るところから備えたいものですね。(m.y)

