

# 事前に備える



## 非常持出品(例) 持ち出すことができる量を考えて、自分に必要なものを準備 (1人1つのリュック)

- |   |   |
|---|---|
| <b>必需品</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 携帯ラジオ</li> <li><input type="checkbox"/> 懐中電灯 (ヘッドランプ)</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯・スマートフォン</li> <li><input type="checkbox"/> 充電器・予備バッテリー・電池</li> <li><input type="checkbox"/> 軍手</li> <li><input type="checkbox"/> 筆記用具</li> </ul> | <b>医療品</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 救急用品・体温計</li> <li><input type="checkbox"/> マスク・手指消毒液</li> <li><input type="checkbox"/> 常備薬・おくすり手帳</li> </ul>   |
| <b>貴重品</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 現金・通帳類・証書類・印鑑</li> <li><input type="checkbox"/> 身分証明書</li> </ul>   | <b>衣類など</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 下着・靴下・タオル</li> <li><input type="checkbox"/> 雨具</li> </ul>   |
| <b>飲食料</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水</li> <li><input type="checkbox"/> 非常食</li> </ul>   | <b>生活用品</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 洗面用具・歯磨きセット</li> <li><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ</li> <li><input type="checkbox"/> ウェットティッシュ</li> <li><input type="checkbox"/> ビニール袋</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯トイレ</li> <li><input type="checkbox"/> 屋内履き</li> </ul> |
| <b>その他</b> (家族構成で必要に応じて) <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 生理用品</li> <li><input type="checkbox"/> メガネ・コンタクトレンズ</li> <li><input type="checkbox"/> 入れ歯</li> </ul>   |   |



## 備蓄品(例) 最低3日分、できれば7日分を準備

- |  |  |
|--|--|
| <b>飲食料</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水 (目安: 1人1日3ℓ)</li> <li><input type="checkbox"/> 非常食</li> <li><input type="checkbox"/> ポリタンク</li> <li><input type="checkbox"/> 食器類</li> </ul> | <b>衣類など</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 上着・下着・靴下</li> <li><input type="checkbox"/> タオル・毛布・防寒具</li> </ul>   |
| <b>燃料</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> カセットコンロ・ボンベ</li> <li><input type="checkbox"/> ライター・マッチ</li> </ul>  | <b>生活用品</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ</li> <li><input type="checkbox"/> ウェットティッシュ</li> <li><input type="checkbox"/> ビニール袋・ラップ・アルミホイル</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯トイレ・防臭袋</li> <li><input type="checkbox"/> LED ランタン</li> </ul> |

### ペットと避難するための準備

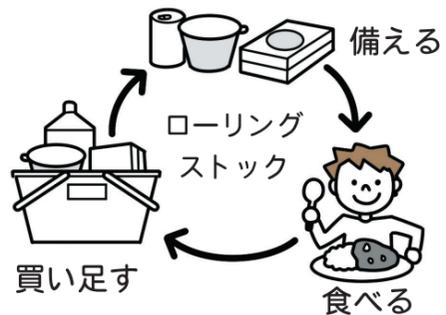
飼い主とペットが同行避難するため、日頃からペットのしつけや、予防接種を受け、避難生活に必要な備蓄品を準備しておきましょう。



- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ケージ                 | <input type="checkbox"/> 薬              |
| <input type="checkbox"/> フード・水 (5日分以上)       | <input type="checkbox"/> 飼い主の連絡先・ペットの写真 |
| <input type="checkbox"/> 首輪・リード              | <input type="checkbox"/> ワクチン接種証明       |
| <input type="checkbox"/> 排せつ物処理用具 (トイレシートなど) |   |

### ローリングストック法

日常的に消費する食品を多めに買い置きし、食べた分だけ買い足す備蓄方法です。食べながら備蓄でき、好きな食べ物も非常食にできます。



## 地域のつながりが大切

災害が発生した場合、行政による「公助」では限界があります。自分の身は自分で守る「自助」、地域でお互いに助け合う「共助」と連携することで、被害を減らすことができます。いざという時に助け合うためには、日頃の地域のつながりが大切です。

### 地域で協力!!



## 災害には地域で立ち向かおう!

災害時は「共助」による災害対応が重要になります。平常時から「自治会」や「自主防災会」などの活動に参加しましょう。

被害状況確認 安否確認	初期消火活動	救出活動 医療救護活動	避難誘導

## 避難行動要支援者への支援

日頃から地域で協力し、要支援者(高齢者、要介護者、障がい者など)を支援していきましょう。自分だけの避難に不安がある方は、入間市市民安全課へご相談ください。



## 避難所運営のポイント

避難所は避難者、施設管理者、市が協働で運営します。

役割分担と協力を	要配慮者への気配り	衛生的な環境づくり	ペットは避難スペースを分ける(又は預ける)