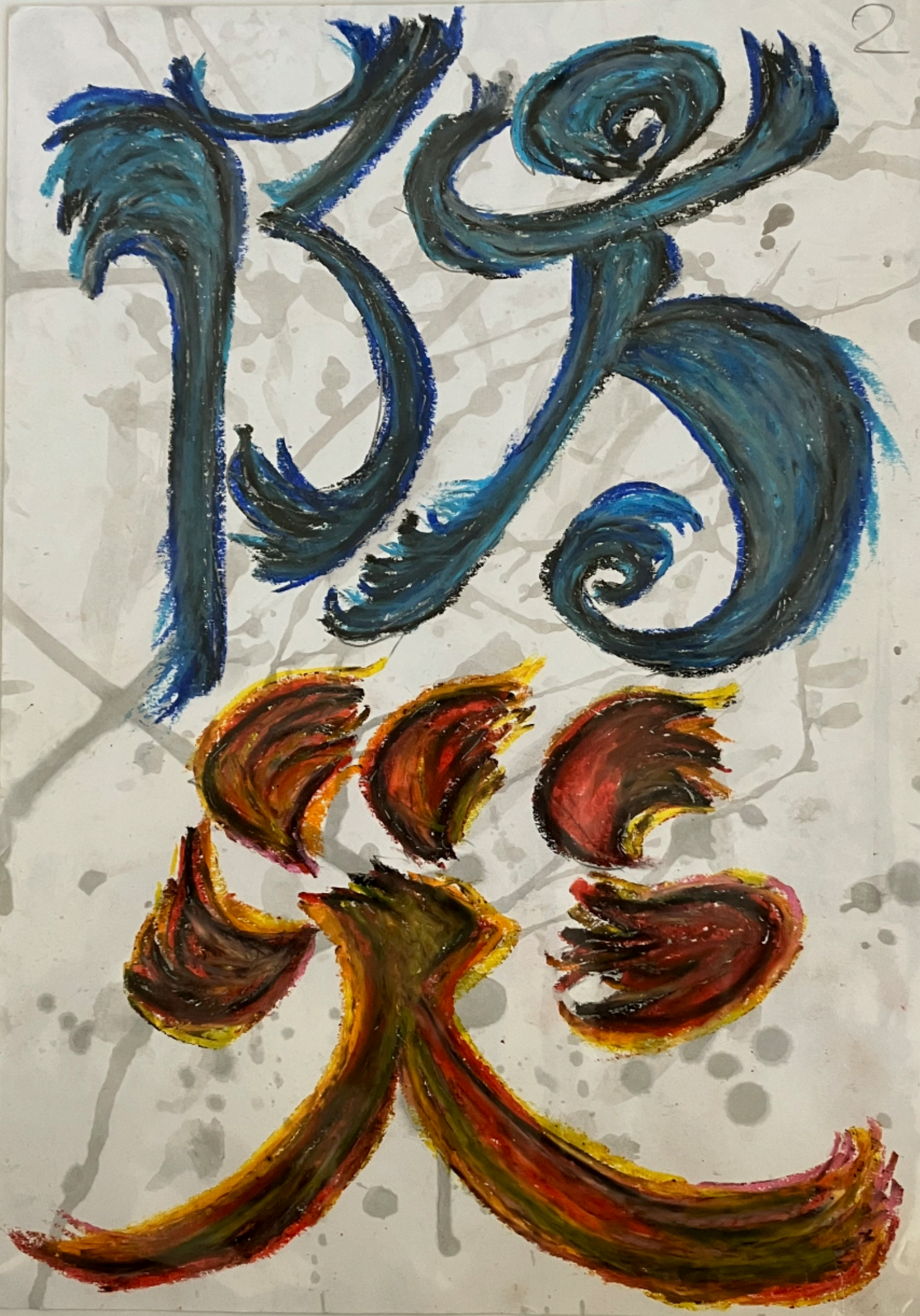




どう進めますか

防災へのステップ

1.

意識

2.

備え

3.

行動

+1

家族と話し合う

「自助」

家庭で日頃から災害に備えたり、災害時には事前に避難したりするなど、自分で守る事を言います。

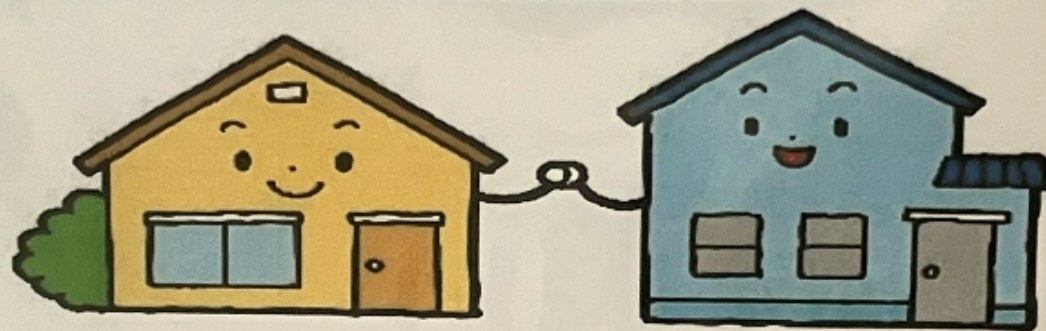


「共助」

地域の災害時要援護者の
避難に協力したり、地域
の方々と消火活動を行う
など、周りの人たちと
助け合うことを言います



お隣さんと助け合い



皆で助け合おう



事前に、家族で話し合い



雨・風早めの避難





防災士が選ぶ『本当に必要な防災グッズ』はこれ!

Point 1 家の中で救助が来るまで数日過ごせる備蓄品
2 避難場所に移動して過ごすための持ち出し品

備蓄品

① 1日1人3L
水



×3日分

② 食料品

長期保存できる
缶のパン

クラッカーなどの
ビスケット

チョコレート

ビタミン不足に
フルーツ缶詰め

ハチマキ
おしぼり

レトルト
食品

カップ
うどん

缶詰

高糖質には
おやつがよい

枕とエロ
で温めて
食べ物は
中心に



③ カセットストーブ



災害時お湯を沸かせる
と生活の快適度が大きく向上

- ① 調理ができる!
- ② お湯を沸かしてタオルで
体を拭く
- ③ 消毒に使うなど

④ 電力確保非常用バッテリー LEDランタン



ソーラー
パネル



ポータブル電源



⑤ 現金 小銭中心 2万円ほど

⑥ 救急用品 衛生用品 生理用品

非常食を特別に準備する(日頃から使う加工食品をゆめにストック)
※定期的に消費するローリングストックで賢く備蓄!!



⑦ 避難時水
1人500ml
×2本

⑧ 食料品

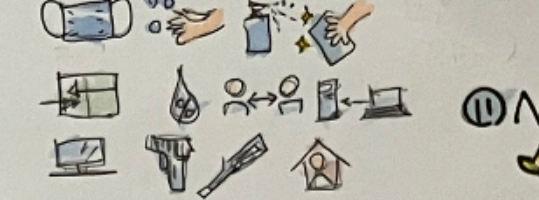
簡単と食べやすいもの
重宝な軽めなもの

チョコレート
おやつ

⑨ 救急用品

ばんそうこう ばんごう 常備薬

⑩ 衛生用品 (ZDF 知事消費生活センターより)



避難所対策
ZDF 参考に!!

⑪ NEXUS 防災はし 野山用



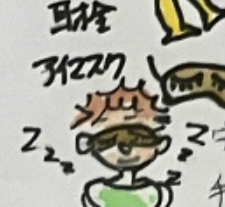
⑫ 携帯ラジオ 充電電池

⑬ タオル 防寒用3Lミット

体を拭いたり
簡単な目隠し
必須!!



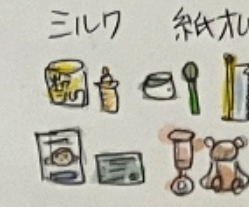
⑭ 睡眠用品



⑮ 衣類 (着脱)



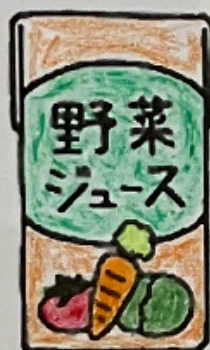
⑯ 防災のいざ



毎晩袋などに入れて
枕元に置く!!
懐中電灯も一緒に
スマホ 充電器 バッテリー
と共に持ち出しましょう!!



家庭の 備蓄品 のすすめ



貴方の備蓄品はどのくらい ありますか？

自分に合った方法で備蓄しよう

12



賞味期限前に
食べる

「ローリングストック」

備える 食べる 買い足す



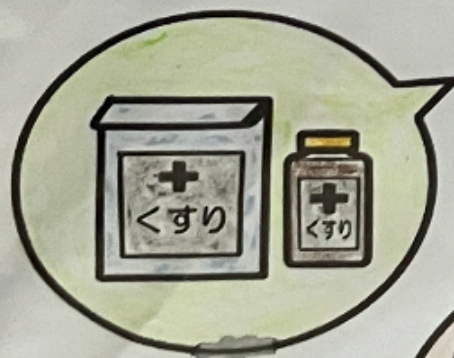
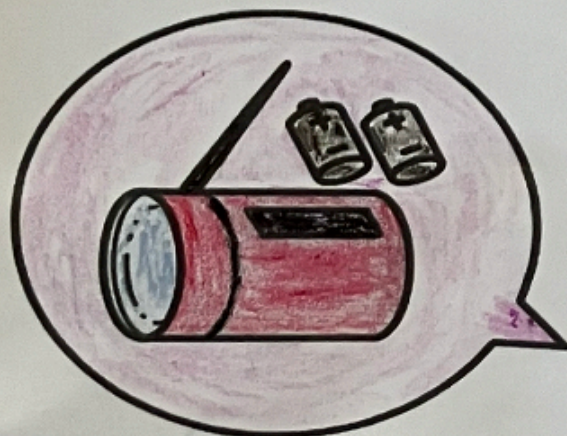
「非常食」と「日常食」
を組み合わせる



貴方の

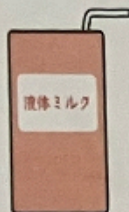
大切なもの

は？



家族に合わせた食品の備え

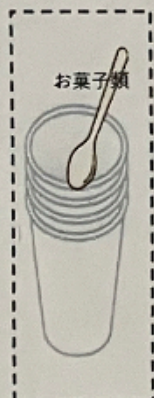
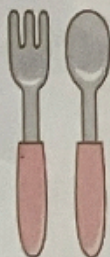
乳幼児がいる場合



粉ミルクや液体ミルク



水は多めに！



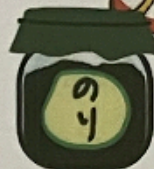
お菓子類

哺乳瓶
乳首
清浄液
紙コップ
スプーン

哺乳瓶の代用として

こども用プラスチック容器

高齢者がいる場合



濃厚流動食



自分に合わせた
レトルト食品



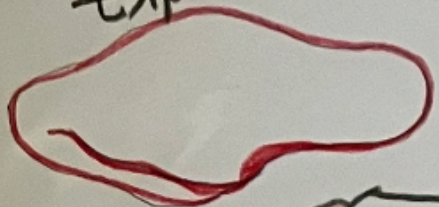
鮎、ゼリー



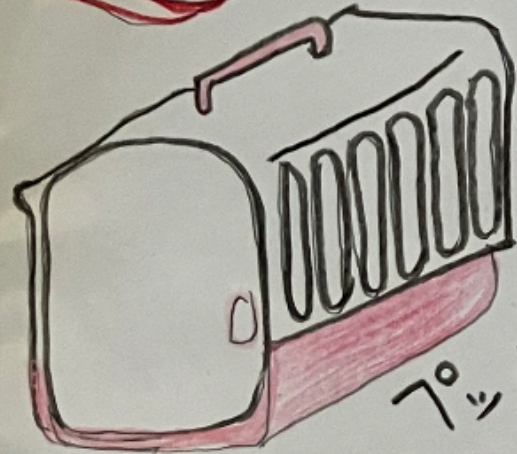
とろみ剤

備えておきたい防災グッズ

毛布



リード



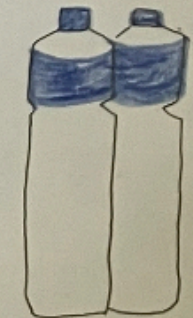
ペットキャリー



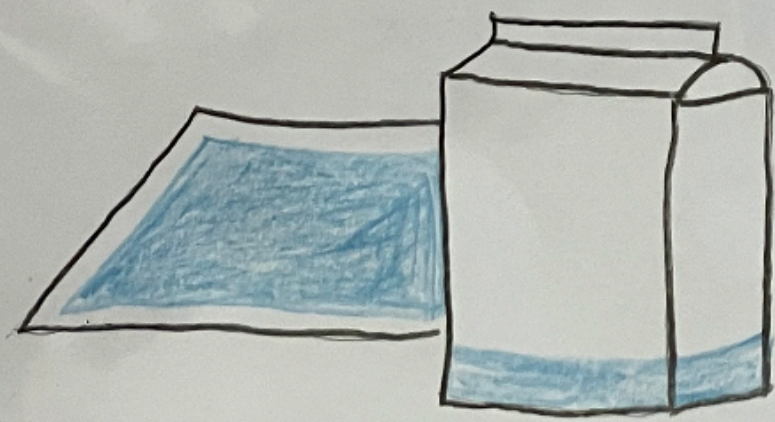
首輪



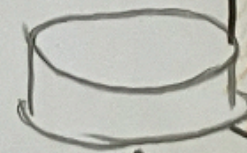
ペットフード



水



ペットシーツ

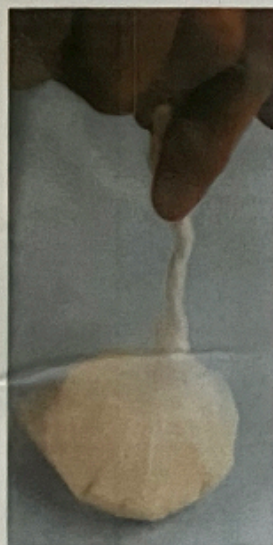


食器



ビニール袋で親子丼（温かいものを）

① ビニール袋の中にお米を入れる



高密度ポリエチレン	
品質表示	
原料樹脂	ポリエチレン
耐冷温度	-30度
寸法	外形 250mm×350mm 厚さ 0.025mm
枚数	40枚入
取扱上の注意	火のそばに置かないでください。

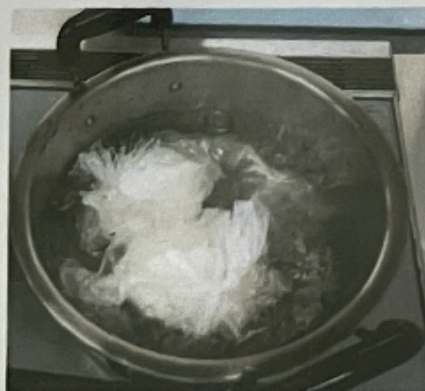
「高密度ポリエチレン」の
表記があるものを使用。

湯せんに使用できるビニール袋

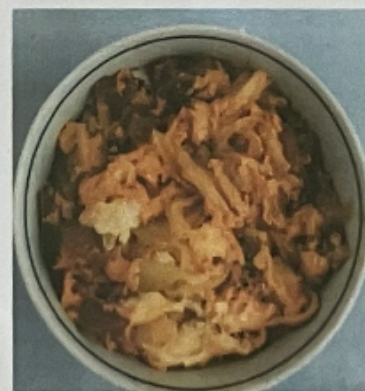
③ 焼き鳥缶詰
+玉ねぎ
+水+卵
+醤油



② 湯せんで
炊飯



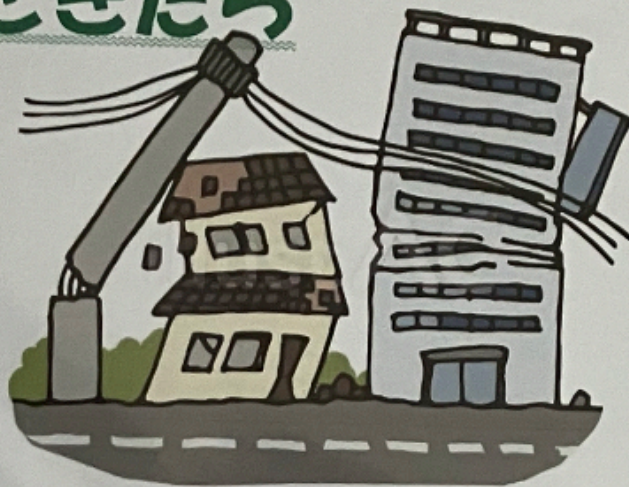
⑤ 親子丼出来上がり



④ ビニール袋の
中で混ぜる
湯せんする



グラツときたら



① その場にあった身の安全

(自分の命は、自分で守る。)



② すばやく火の始末 (消火)



③ とない近所の助けあい (お声がけ)



地震がきたら

家にいるとき



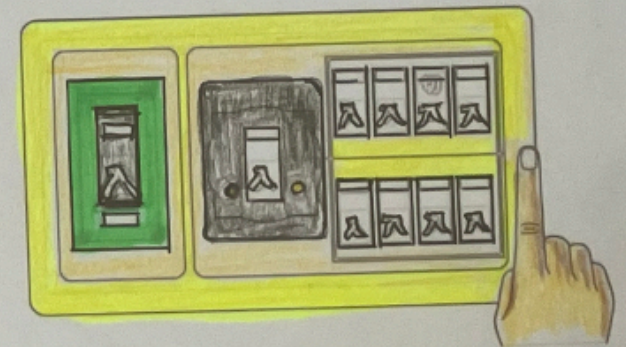
落下物から
身を守る



脱出口を
確保する



漏電ブレーカを
切る

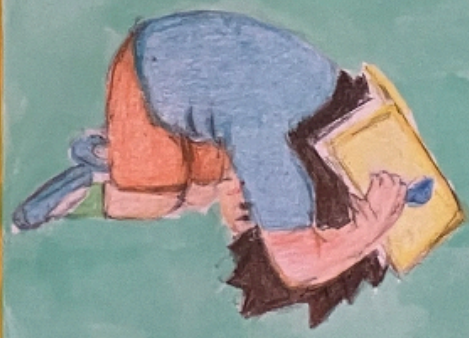


じじしん
じしん
しん

ガガ
タッ



つくえの
したの
はいて！



だんごむしポーズで
おちてくるものから
だいじなあたまを
まもるんだね！



地震がきたら

外にいるとき



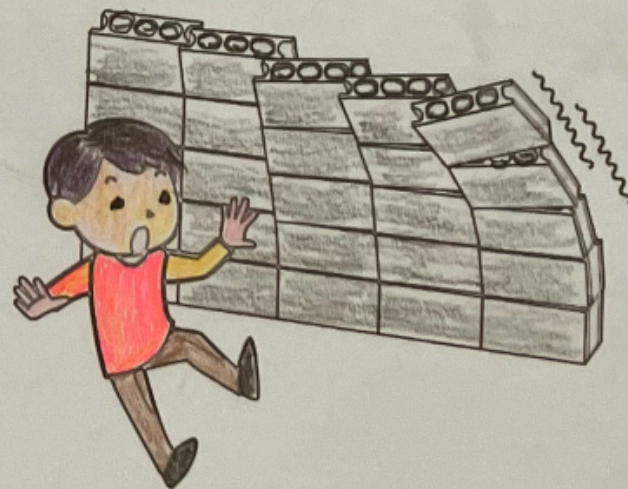
エレベータに
乗らない



高層ビルから
離れる



ブロック塀に
近づかない



防災

23



避難

する時は

- 1 動きやすい服装
- 2 防災ヘルメットをかぶる
- 3 両手を空けておく
- 4 原則、車は使わない
- 5 家族や近所の人と行動を共にする

6 丁目避難場所

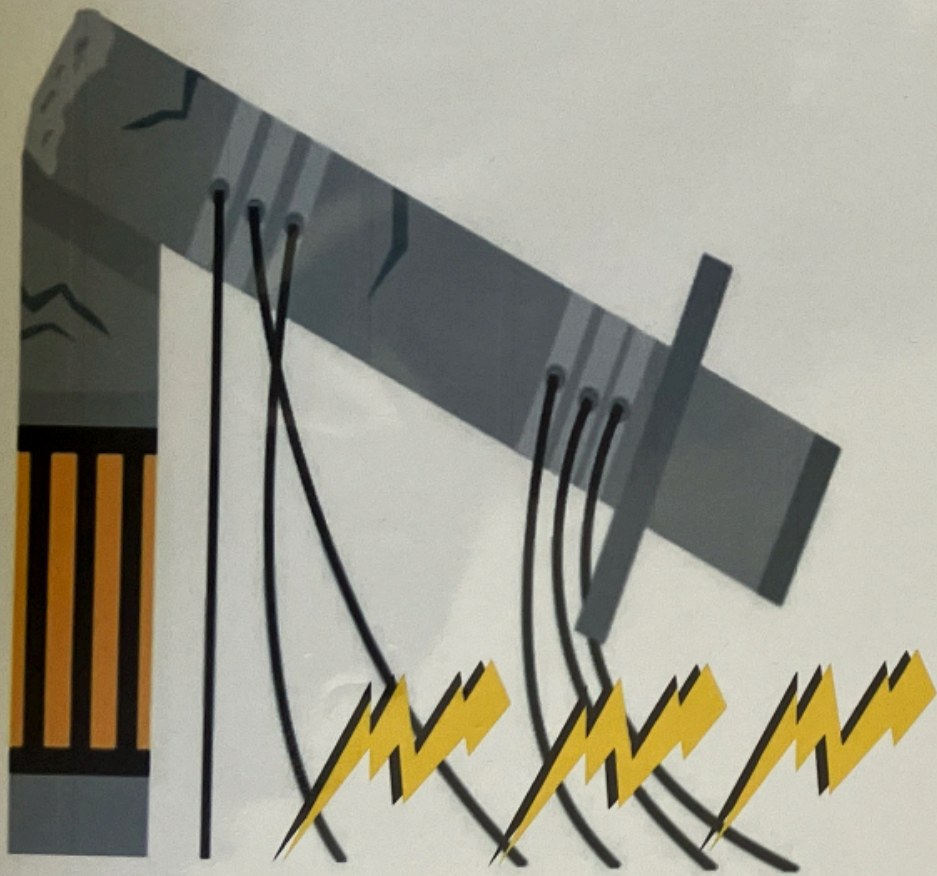
24

緑小学校
防災拠点



いっとき避難場所
こざか第一公園

避難のときは要注意



電線が切れてる！

危ない！！

近づくな！！！！



26

裏山

屋根

河川



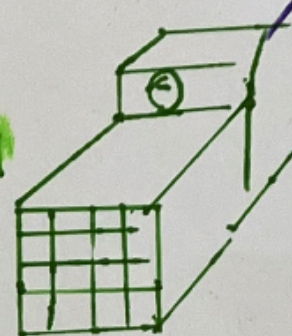
危険！

様子を見に行かないで

防災訓練に参加しよう!

27

<緑小> 避難訓練



年度
参加人数

人

資材体験

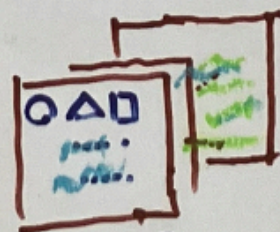


....

人

<六地区>

防災フェスタ



O!X!



人

(会員357)

今すぐできる防災

TOP 4

28

1 自然災害 を 調べる

地域で発生する自然災害について調べる
→ハザードマップを作成すると良い。

2 家族 で 話し合い

緊急時の手順（どうやって連絡するか）について
家族で確認する。
どこで集合するかを共有しておく。

3 持ち出し袋 の 準備

最低72時間分の食糧、および各種用品
を準備する。

4 最新情報 の 入手

正しい情報を適切にタイミングで受け取ることが大切!!
横浜市防災情報Eメールサービスを
携帯電話等で活用する。

防災連絡 X王も持とう!

29

災害時、スマホは使えないかも

<自分の情報>

名前 カイ 0770

年齢 10才

住所 横浜市中区鴨居 6-X-X

TEL

スマホ

メール

生年月日

性別

常用薬あり

アレルギーあり・なし

アレルギーあり・なし

特記事項

<緊急連絡先> 家族以外記入

① 氏名

連絡先 (TEL 又は住所)

関係

②

<メモ>

★ 折りたたんで財布に入ろう!

意識・備え・行動

家族と話し合い

ひとりひとりの力で
みんなが防災力 up!

