

災害の「備え」チェックリスト



監修/内閣府防災担当(防災担当)、内閣府男女共同参画部

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの!

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 水 | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 食品
<small>(ご飯(アルファ米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど:最低3日分の用意!)</small> | <input type="checkbox"/> 洗面用具 |
| <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット・防災ずきん | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉 |
| <input type="checkbox"/> 衣類・下着 | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> レインウェア | <input type="checkbox"/> ペン・ノート |
| <input type="checkbox"/> 紐なしのスニーカー | 感染症対策にも有効です!! |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <small>(※手動充電式が便利)</small> | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <small>(※手動充電式が便利)</small> | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール |
| <input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器 | <input type="checkbox"/> 石けん・ハンドソープ |
| <input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 救急用品
<small>(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)</small> | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | 一緒に持ち出そう!! |
| <input type="checkbox"/> ブランケット | <input type="checkbox"/> 貴重品
<small>(通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど)</small> |

子供がいる家庭の備え

- | | | |
|---|-----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク <small>(キューブタイプ)</small> | <input type="checkbox"/> 子供用紙オムツ | <input type="checkbox"/> 抱っこひも |
| <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> お尻ふき | <input type="checkbox"/> 子供の靴 |
| <input type="checkbox"/> 離乳食 | <input type="checkbox"/> 携帯用お尻洗浄機 | |
| <input type="checkbox"/> 携帯カトラリー | <input type="checkbox"/> ネックライト | |

女性の備え

- | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> おりものシート | <input type="checkbox"/> 中身の见えないごみ袋 | |

高齢者がいる家庭の備え

- | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 大人用紙パンツ | <input type="checkbox"/> 介護食 | <input type="checkbox"/> デリケートゾーンの洗浄剤 |
| <input type="checkbox"/> 杖 | <input type="checkbox"/> 入れ歯・洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 持病の薬 |
| <input type="checkbox"/> 補聴器 | <input type="checkbox"/> 吸水パッド | <input type="checkbox"/> お薬手帳のコピー |

備蓄品

お家に備えておくもの!

- 食料や水(最低3日分!できれば1週間分) × 家族分
保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の備蓄が可能!
- 生活用品
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯トイレなど

ほかにも、家庭で必要なものは日ごろから備えておきましょう

【発行】

仙台市若林区大和町4丁目13番27号
有限会社ティー・シー・エム
福祉用具貸与販売事業所
管理者 太田 隆之

お問い合わせは

☎ 022-283-7388
FAX 022-283-7387
担当 森岡・太田

大ちゃん通信

2024・3月号

東日本大震災から今年で13年目、1月には能登半島地震、最近では、千葉県沖の群発地震など。現時点では、地震予知は科学的には不可能とされています。先人は「備えあれば患いなし」と言ったものです。あらためてもう一度、防災備品について見直してはいかがでしょうか。

「災害常備ポーチ」



7点
セット

- ・防災カード・備蓄冰糖(2個)・ポケットティッシュ
- ・マスク・ホイッスル・アルミブランケット
- ・非常用簡易トイレ(汚物収納袋+抗菌性凝固剤)

¥1,900-(税込)



10点
セット

- ・防災カード・備蓄冰糖(2個)
- ・ポケットティッシュ・マスク・ホイッスル
- ・非常用簡易トイレ(汚物収納袋+抗菌性凝固剤)・アルミブランケット・アイマスク
- ・大判おしぼり(からだ拭き)・歯磨きシート(5包入)

¥2,800-(税込)

「リバーシブル 防災シート」



金色の面を外側にすると太陽光を集めるので暖かさが増し
銀色の面を外側にすると外からの熱を遮断する効果があります。
防水効果もある。
材質 ポリエステル(アルミ蒸着フィルム)
サイズ 210×140

¥750-(税込)

「コンパクト あったかフリース」



BIG サイズの袖付き

サイズ 110×210
材質 ポリエステル

¥2,000-(税別)

「もしもうふ」



サイズ 1400×2000
材質/表裏 PET スパンレース不織布
中芯 PP スパンボンド不織布
アルミフィルム

¥2,682-(税別)

「災害セット ミニ」



- ① 保存水 (500ml) 1本
- ② クッキー (3本入) 1袋
- ③ アルミブランケット 1枚
- ④ ポケットティッシュ 1個
- ⑤ 非常用簡易トイレ
(汚物収納袋+抗菌性凝固剤) 1個

食物アレルギー特定原材料等 28 品目と貝類不使用
外形寸法 W約 68×D156×H227 mm 質量 約 795 g

¥1,980-(税別)

非常食のおやつはイマドキの充実！昔はカンパンしかなかった。参考までに・・・

「アート トワレ」



¥1,760-(税・送料別)

緊急災害用に開発された大小兼用の備蓄トイレ。水を使うことなく、かんたんに処理ができるというもの。
使用方法は、付属の黒い袋を簡易トイレ等にセットし、使用分をすばやく吸収して固め、同時にアンモニアなどに対する抗菌作用により、消臭効果を発揮。感染症の原因となる大腸菌やサルモネラ菌などの菌に対して初期抗菌性があるので、そのまま袋の口を閉じ、もう一つの白い大型外袋にまとめ

サイズ W170×D25×H170mm. 重量 約 250 g
内容物 抗菌性凝固剤 7g×5袋
排便袋 (PE 製黒) 5袋
大型外袋 (PE 製白) 2袋
壁掛け用ミニフック 1個
保存期間 製造から10年間 約1日分



上記、商品はインターネットからの無作為検索です。紹介しきれないくらい多種多様な商品構成でした。中にはアレルギー対応の商品も見られました。もし、災害にあつたらまずは、3日間の自助が求められます。
岸田内閣はプッシュ型の災害支援を話されていますが、それは災害発生4日目からの国の対応です。まずは 3日間の自給自足を目安にされるとよいのではないのでしょうか