

5 避難への事前の備え【チェックリスト】



自宅避難(垂直避難)の備え

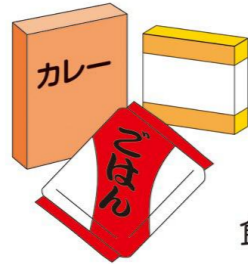
準備が出来たら
✓ チェックを
入れよう!

家の備蓄の確認

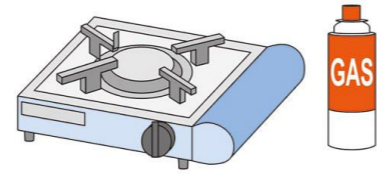
水害によりトイレや風呂、冷蔵庫などが使えなくなることを想定し、生活に必要な備えをしましょう。



携帯トイレ



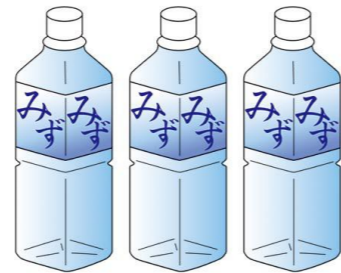
食料



コンロ

食料品

- 飲料水
- 食べ物(レトルトご飯、缶詰など)
- 加熱せずに食べられるもの(かまぼこ、チーズなど)
- 調味料(しょうゆ、塩など)
- 菓子類(チョコレート、ポテトチップスなど)



水は1人1日当たり3リットル

日用品

- | | | |
|-------------------------------|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 生活用水 | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> 栄養補助食品 |
| <input type="checkbox"/> 救急箱 | <input type="checkbox"/> 持病の薬、常備薬 | <input type="checkbox"/> カセットコンロ・ガスボンベ |
| <input type="checkbox"/> ライター | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | <input type="checkbox"/> その他(自分にとって必要なもの) |
| <input type="checkbox"/> 乾電池 | <input type="checkbox"/> トイレtpペーパー | 性別や年齢によって変わる必要なもの |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> ゴム手袋 | <input type="checkbox"/> 食品包装用ラップ | <input type="checkbox"/> 乳幼児用食品 |

- ❗ 水は**1人1日当たり3リットル**があると安心です。
- ❗ 災害時における備蓄品は**最低7日分**が目安です。
- ❗ 事前に自宅上階など浸水深より高い所に置いておきましょう。
- ❗ 携帯トイレの備蓄数の目安

1日約 回 × 日 × 家族 人 = 最低 回分

焼津市ホームページからチェックリストをダウンロードできます。

焼津市 洪水ハザードマップ

検索

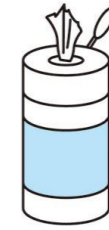


立退き避難(水平避難)の備え

準備が出来たら
✓ チェックを
入れよう!

非常持ち出し袋の確認

避難時に最小限必要なものを避難バッグに入れて、備えをしましょう。



避難バッグ

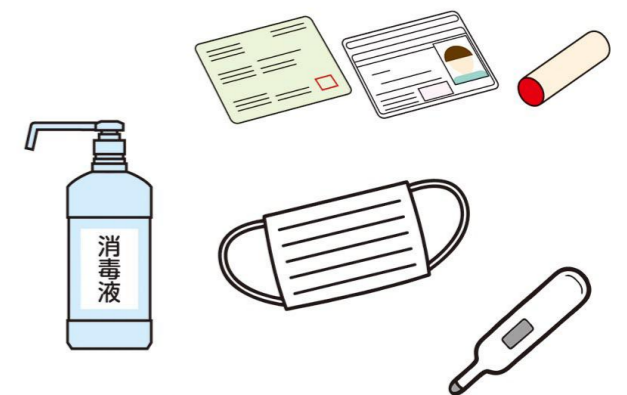
- | | | | |
|-----------------------------------|--|--------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> 救急箱 |
| <input type="checkbox"/> 食べ物 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> ナイフ | <input type="checkbox"/> 携帯電話
(充電器・バッテリー) | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> その他
(自分にとって必要なもの) |
| <input type="checkbox"/> 缶切り | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | <input type="checkbox"/> スリッパ | |
| <input type="checkbox"/> 乾電池 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> ゴミ袋 | |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> ロウソク | | |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> ライター | | |
| <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 携帯バッテリー | | |
| <input type="checkbox"/> 持病の薬、常備薬 | | | |

貴重品

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳 | <input type="checkbox"/> 現金 |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> 印鑑 |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書 | |

感染症対策のための必需品

- マスク
- 体温計
- アルコール消毒液
- 除菌スプレー
- ウェットティッシュ
- 使い捨て手袋



❗ **持ち出しやすい場所**に置いておきましょう。