

地震の備えは万全ですか

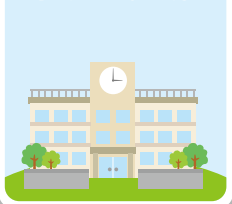
地震により引き起こされる被害には、日頃からの備えをする「自助」で防ぐことができるものもあります。まずは、身の回りを確認し、できることから始めていきましょう。

分散避難

災害が発生した際は、小・中・高等学校などの避難所へ避難するだけでなく、自宅が安全な場合には**在宅避難**をするほか、親戚や友人の家に避難する縁故避難や宿泊施設などへ避難をする「分散避難」が推奨されています。

特に**在宅避難**ができるように家具などの転倒防止対策、食料品や生活必需品の備蓄をするなど、日頃から備えておきましょう。

指定避難所



宿泊施設



- ・在宅避難（自宅）
- ・縁故避難（親戚・友人宅）



在宅避難

…災害時に自宅にいたまま避難することです。

👉 自宅に、倒壊などの危険がない場合には、避難所へ避難する必要なし！

👉 慣れない避難所での生活よりも、過剰な配慮の必要がなく安心！

※自宅にいても、避難所などの物資・食糧・給水など公的な支援を受けられます。



まずは「防災本」
をチェック！

川口市 防災本

検索



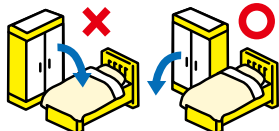
うちは
安全かな？



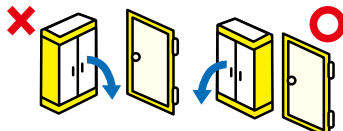
まずは自宅の安全を「災害時のけが防止などの対策」

阪神・淡路大震災では、けがの原因の約75%が家具の転倒や割れたガラスなどによるものでした。

家具の配置

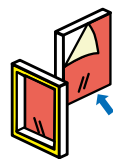


▶ 寝ている場所に倒れてこない向きに配置

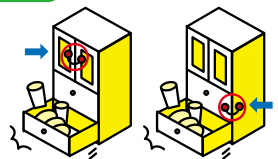


▶ 倒れた時に出入口や避難通路をふさがない向きに配置

ガラス飛散防止



▶ 飛散防止フィルムを貼る
またはカーテンを引く



▶ 棚の扉にストッパーを付ける
※食器棚内に滑り止めマットを敷くとより安全です。



在宅でも物資は必要「食料・水・生活必需品の備蓄」

物資配給などの行政の支援体制が整うまでに3日程度要するため、**3日以上**の食料・水・生活必需品の備蓄が必要とされていましたが、首都直下地震では物流の復旧などにさらに時間がかかることが見込まれ、**1週間(7日)分程度**の備蓄が推奨されています。

非常食の備蓄



買い足す

食べる

備蓄しているレトルト食品や水などを、消費期限が近いものから順番に普段の食事で消費(試食)し、買い足していく方法です。味見しながら好みの味を揃えることができます。

水の備蓄

水(飲料用)は1人1日3リットル



3リットル



家族の人数分

7日分
程度

※最低3日分

ガスコンロ

お湯が沸かせるようになり、インスタントラーメンなど、食べられる食材の幅が広がります。



1本で
約60分
使用可能

1カ月で
15~20本
必要



調理用の水も併せて
備蓄しましょう！



▶感染症対策品も必ず用意！

マスク・消毒液・体温計



携帯(災害用)トイレも忘れずに！

**下水道の安全が確認されるまでは
トイレの水を流せません！**

1人1日
約5回

家族の
人数分

7日分
程度

=



4人家族の場合

約140枚必要

※携帯(災害用)トイレで凝固処理したものは一般ゴミで捨てられます。

▶家族の状況に応じた備蓄を！



おむつ



生理用品



在宅でも避難所でも「ペットと一緒に防災対策」

市内の指定避難所である小・中・高等学校では、**ペット同行避難**ができます。

避難スペースは、学校によって異なります。

※原則として、ペットと同じスペースでの生活はできません。

日用品などの日頃からの備え

- ▶ペットフード ▶水
- ▶トイレシートなどの日用品
- ▶定期的なワクチン接種
- ▶「トイレ」「不必要に吠えない」など基本的なしつけ



同行避難をする時は

- ▶ケージに入れて避難
- ▶ペットフード、水、トイレシートなどを持参
- ▶避難者の中には、動物アレルギーやペットが苦手な方もいることを理解していただき、日頃から災害に備えて準備をしましょう。また、避難所での世話は、飼い主の責任で行いましょう。

