

# 防災便り

第5号

## 自主防災の基本

自助：自らの【命・家族・資産】は自ら守る

近助：防災は【近所の助け合い】が大切

共助：自主防災は【B藤沢自治会】主体の自主防災隊

被害をできるだけ小さくする

情報発行：B地区藤沢自治会(自主防災隊)

平成28年1月発行

# もしもの時に備え いつも1週間分のストックを!!

「ご家族の人数×1週間分(7日分)」を目安に、常備しておきましょう!

## おうちでの防災対策

- ①食料・水・防災用品を用意する。
- ②燃料・エネルギーを備えておく。
- ③手元の現金を余分に持っておく(盗難に注意)
- ④処方箋を備えておく。
- ⑤家族で話し合い、避難場所や役割分担を確認する。
- ⑥隣近所の助け合いをスムーズに行えるよう環境を作っておく。

## 備蓄チェックリスト(準備できたものはチェックしましょう)

被災後の生活のために7日分を備蓄しておくもの	普段生活で使っているものも活用します
<input type="checkbox"/> 食料 1日3食×家族分	<input type="checkbox"/> 石けん
<input type="checkbox"/> 飲料水 1日1人3Lがめやす	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ
<input type="checkbox"/> 給水容器(給水タンクや非常用給水器)	<input type="checkbox"/> 歯磨き粉
<input type="checkbox"/> ラップ、アルミ фоль	<input type="checkbox"/> ティッシュ
<input type="checkbox"/> 皿、コップ	<input type="checkbox"/> トイレトーパー
<input type="checkbox"/> 箸、スプーン、フォーク	<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 新聞紙
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 卓上コンロ、ガスボンベ
<input type="checkbox"/> 除菌用アルコールシート	<input type="checkbox"/> 毛布、寝袋
<input type="checkbox"/> ポリ袋、ゴミ袋	<input type="checkbox"/> 予備のメガネやコンタクトレンズ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 雨具、長靴
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 工具セット
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 安心グッズ

来る2月14日(日)正午より安否確認訓練を実施します。

詳細は後日「防災便り第6号」にてお知らせします。