

2007年

防災士講習 報告5



備蓄品・非常持出品の準備

新中町防災会

非常持ち出し品

市販品に頼らず我家仕様の備えを！

・一次持ち出し品

避難するとき最初に持ち出すもの。重すぎると避難にも支障があるので、できるだけコンパクトなものを選ぶ(男性15kg・女性10kg)

・二次持ち出し品

災害復旧までの数日間を自活するための非常備蓄品。最低で3日分を用意。

置き場所・・・目のつきやすい場所(生活導線)
「枕元」「寝室」「玄関」「車のトランク」
など分散保管にする。

持ち出し袋・・・両手が使えるリュックサックなど



「備蓄品は 地域と家族で 十人十色」

- ・ **家族形態** (単身・夫婦のみ・子供あり・同居世帯など)
- ・ **家族構成** (乳幼児・年配者・病人・障害者など要支援者、ペットの有無)
- ・ **家族のライフスタイル** (生活パターン・家族が別々になる時間)
- ・ **帰宅困難家族の有無** (遠距離通勤・通学先で被災する可能性)
- ・ **家族の社会的責任** (職務や事業上、帰宅できない・出掛ける家族)



備蓄の優先順位

1. 「命に関わるもの」
2. 「ないと困るもの」
3. 「あったら便利なもの」



★最悪を想定して整える

「命に関わるもの」

- ・ 笛 (救助を求める)
- ・ 懐中電灯・予備電池
- ・ パール (脱出口を確保)
- ・ のこぎり (脱出口を確保)
- ・ ジャッキ (家族・隣人の救出)
- ・ ロープ (脱出用)



「ないと困るもの」・・・日用品・食料・衣類

- ・ 飲料水
- ・ スニーカー・スリッパ
- ・ 携帯ラジオ・予備電池
- ・ 携帯電話・充電器
- ・ 多機能ナイフ
- ・ 生理用品
- ・ トイレ用ペーパー
- ・ ヘルメット・防災頭巾
- ・ 軍手
- ・ 防寒具・携帯用カイロ(冬)
- ・ レトルト食品
- ・ 非常食(かんパン)
- ・ 缶詰
- ・ チョコレート
- ・ タオル
- ・ 下着
- ・ 雨具
- ・ 紙おむつ
- ・ 粉ミルク
- ・ ペット用品

水は一人1日
3リットル、3日分は
家庭で備蓄しましょう!!



「ないと困るもの」・救急用品・貴重品

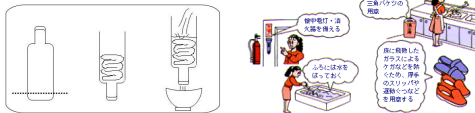
- 包帯
- 三角巾
- 消毒液・整腸薬
- 風邪薬・のど飴
- ばんそうこう
- 入れ歯・常備薬
- 眼鏡
- 現金（小銭を多く用意）
- 印鑑（すぐ持ち出せるように）
- 預金通帳（コピーを用意）
- 権利証（すぐ持ち出せるように）
- 免許証（カラーコピー）
- 保険証（コピー）
- 車椅子・おぶいひも

あると便利なもの

- 包装用ラップ（食器に敷く・包帯代わり）
- 卓上カセットコンロ・予備ボンベ
- ウェットティッシュ
- 布ガムテープ（ガラス破片を取り除く）
- ビニール袋（1人につき大中小3枚）
- 筆記用具（ボールペン・太マジック・ノート）
- 毛布・寝袋・シーツ
- ナイフ（やや大型のもの）
- トレーニングウェア（ジャージ素材）

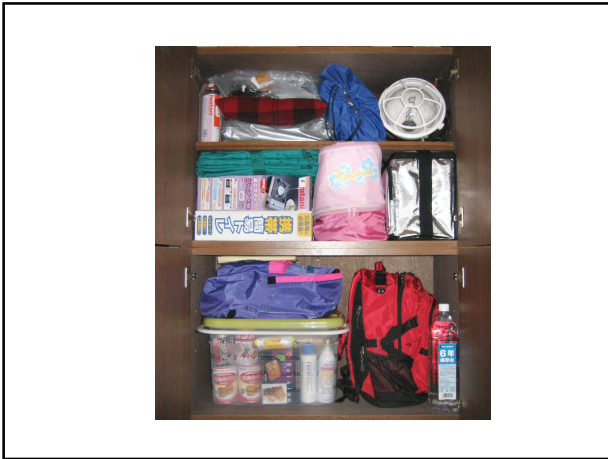
日頃からの心がけ

- お風呂の水は次に入れるまで抜かない
（トイレ用・濾過すれば飲み水にもなる）
- 残りご飯は冷凍保存に（非常食）
- ポリバケツ水を溜めておく（植木用）



非常持ち出し用品リスト		確認のチェック日
品名	数量	年月日
非常食(1日分)	3食分	
非常食(2日分)	6食分	
非常食(3日分)	9食分	
非常食(4日分)	12食分	
非常食(5日分)	15食分	
非常食(6日分)	18食分	
非常食(7日分)	21食分	
非常食(8日分)	24食分	
非常食(9日分)	27食分	
非常食(10日分)	30食分	
非常食(11日分)	33食分	
非常食(12日分)	36食分	
非常食(13日分)	39食分	
非常食(14日分)	42食分	
非常食(15日分)	45食分	
非常食(16日分)	48食分	
非常食(17日分)	51食分	
非常食(18日分)	54食分	
非常食(19日分)	57食分	
非常食(20日分)	60食分	
非常食(21日分)	63食分	
非常食(22日分)	66食分	
非常食(23日分)	69食分	
非常食(24日分)	72食分	
非常食(25日分)	75食分	
非常食(26日分)	78食分	
非常食(27日分)	81食分	
非常食(28日分)	84食分	
非常食(29日分)	87食分	
非常食(30日分)	90食分	
非常食(31日分)	93食分	
非常食(32日分)	96食分	
非常食(33日分)	99食分	
非常食(34日分)	102食分	
非常食(35日分)	105食分	
非常食(36日分)	108食分	
非常食(37日分)	111食分	
非常食(38日分)	114食分	
非常食(39日分)	117食分	
非常食(40日分)	120食分	
非常食(41日分)	123食分	
非常食(42日分)	126食分	
非常食(43日分)	129食分	
非常食(44日分)	132食分	
非常食(45日分)	135食分	
非常食(46日分)	138食分	
非常食(47日分)	141食分	
非常食(48日分)	144食分	
非常食(49日分)	147食分	
非常食(50日分)	150食分	
非常食(51日分)	153食分	
非常食(52日分)	156食分	
非常食(53日分)	159食分	
非常食(54日分)	162食分	
非常食(55日分)	165食分	
非常食(56日分)	168食分	
非常食(57日分)	171食分	
非常食(58日分)	174食分	
非常食(59日分)	177食分	
非常食(60日分)	180食分	
非常食(61日分)	183食分	
非常食(62日分)	186食分	
非常食(63日分)	189食分	
非常食(64日分)	192食分	
非常食(65日分)	195食分	
非常食(66日分)	198食分	
非常食(67日分)	201食分	
非常食(68日分)	204食分	
非常食(69日分)	207食分	
非常食(70日分)	210食分	
非常食(71日分)	213食分	
非常食(72日分)	216食分	
非常食(73日分)	219食分	
非常食(74日分)	222食分	
非常食(75日分)	225食分	
非常食(76日分)	228食分	
非常食(77日分)	231食分	
非常食(78日分)	234食分	
非常食(79日分)	237食分	
非常食(80日分)	240食分	
非常食(81日分)	243食分	
非常食(82日分)	246食分	
非常食(83日分)	249食分	
非常食(84日分)	252食分	
非常食(85日分)	255食分	
非常食(86日分)	258食分	
非常食(87日分)	261食分	
非常食(88日分)	264食分	
非常食(89日分)	267食分	
非常食(90日分)	270食分	
非常食(91日分)	273食分	
非常食(92日分)	276食分	
非常食(93日分)	279食分	
非常食(94日分)	282食分	
非常食(95日分)	285食分	
非常食(96日分)	288食分	
非常食(97日分)	291食分	
非常食(98日分)	294食分	
非常食(99日分)	297食分	
非常食(100日分)	300食分	





「価値ある無駄」

「用意していたが不要であった」という結果が
喜ばしい。

危機管理には「価値ある無駄」が必要。

(佐々木淳行氏の言葉)

※賞味期限切れは家族で感謝の試食会に！