



日ごろから備える



家の外の安全確保

庭木

- 枝が飛ばされないよう、日ごろから剪定をしておく。
- 倒木とならないよう、日ごろから木の状況を確認する（根腐れ・枯れ木等）。

排水溝・側溝

- 排水溝・側溝を清掃し、水の流れを悪くする落ち葉や土砂などを取り除く。

ブロック塀

- ひび割れや傾き、さびがある場合は修理する。
- 控え壁は補強する。

屋根

- アンテナを補強する。
- 屋根材が風で飛ばされないように点検する（作業は雨風の強くない時に行く）。

雨どい

- 継ぎ目のはがれ、塗装のはがれなどを確認する。
- 落ち葉や土砂が詰まっていたら取り除く。

窓・雨戸

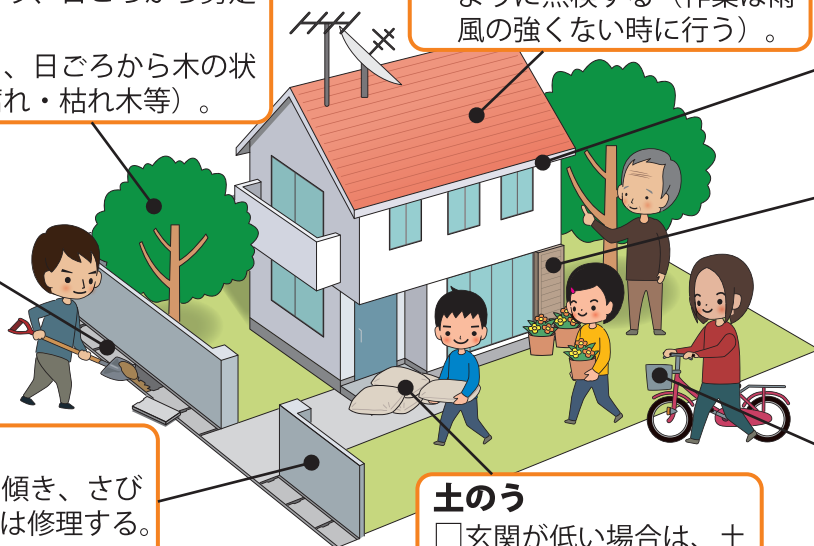
- 窓枠のガタツキがないか確認する。
- 雨戸はきちんと締まるか確認する。

家のまわり

- 風で飛ばされそうなものを片付ける（植木鉢・自転車・物干し竿等）。

土のう

- 玄関が低い場合は、土のうを用意しておく。



家の中の安全確保

・非常用品の確認

懐中電灯、携帯ラジオ、乾電池、救急セット、衣類、非常食品、カセットコンロ、ボンベ、貴重品など

・室内からの安全対策

飛散防止フィルムなどを窓ガラスに貼ったり、万一の飛来物の飛び込みに備えてカーテンやブラインドをおろしておく。

・水の確保

断水に備えて飲料水を確保するほか、浴槽に水を張るなどして生活用水を確保する。



備蓄品

食料品(3日分【できれば1週間分】)	衣類(上着・下着)	生活用水(お風呂やポリタンクなどに貯めておく)
飲料水	ラップ	
乾パン	紙製食器	ローリングストック
缶詰・レトルト食品	割りばし	
インスタントラーメン	簡易トイレ	
アメ・チョコレート	ビニール袋	
生活用品	カセットコンロ・ボンベ	
マッチ・ろうそく・ライター	水のいらないシャンプー	

ローリングストックとは？

普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法をローリングストックと言います。

