

家族みんなで  
確認しよう！

災害後1週間は備蓄で乗り切る準備を行いましょう！

# わが家の「防災チェックシート」

大規模災害では、道路の損壊による物流のストップや工場等の被災により、スーパーやコンビニなどから一斉に商品が無くなります。さらに電気、ガス、水道のライフラインが被災し、長期間の日常生活に支障が出ることとなります。南海トラフ巨大地震の想定では、避難者は全国で約900万人、宮崎県でも約40万人が避難生活を送ることが予想されることから、災害後の生活物資の調達是非常に困難になります。災害の規模が大きくなればなるほど『備蓄』をはじめとした家庭や個人の日頃の備えが重要です。

## 《非常持出品の例》



現金・預金通帳・印鑑



携帯ラジオ



ホイッスル



懐中電灯



ヘルメット・防災頭巾



手袋



救急箱・持病薬



雨具



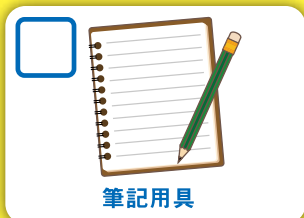
簡易トイレ・トイレトイレットペーパー



使い捨てカイロ



マスク



筆記用具



ライター・マッチ



ティッシュペーパー  
ウェットペーパー



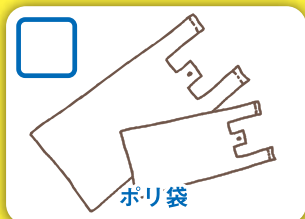
ナイフ



電池・携帯電話の充電器



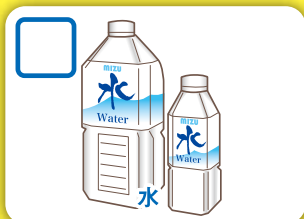
歯磨きセット



ポリ袋



食料・非常食



水

家庭状況により、災害時の必需品は変わります。あなたの家に合った防災チェックシートを完成させてください。

上記の「防災チェックシート」の非常持出品以外にも、カセットコンロなどの「燃料」、スコップ、ロープなどの「工具類」、テント、寝袋などの「アウトドア用品」、生理用品、多用途に使える新聞紙、段ボール、布製ガムテープ、さらに乳幼児、高齢者や要介護者、ペット等の必需品の用意も行ってください。

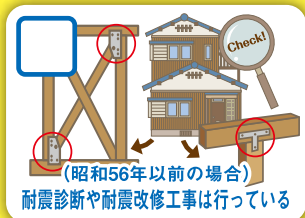
さらに、  
必ずチェック

## 自宅の「耐震化」や部屋の「耐震化」もチェックしてみてください！

南海トラフ巨大地震のような巨大地震では、津波よりも先に強い揺れがあなたを襲います。特に古い家にお住まいの方は、耐震診断や耐震改修工事を行い、自宅の「耐震化」を行いましょう。さらに室内でも家具や家電などの転倒・落下防止対策を行い、室内の「耐震化」も同時に図っていきましょう。



自宅の建設時期を  
知っている



(昭和56年以前の場合)  
耐震診断や耐震改修工事は行っている



家具や家電は  
固定している



出入口には  
モノを置いていない