

忘れないで！ 3.11 東日本大震災！

非常時 災害時に備えましょう！

上段 まず用意したいもの

断水・停電時→食べ物・水

1人当り3食×3日分

水 3L×3日分



開ければすぐ食べられる物

賞味期限 5年間のものも有

断水時→トイレ

風呂の湯・水は洗うまで残して置きトイレ用に
(屋根の雨樋の水を溜めて使用する方法も)



市販のポリ袋式非常用トイレも有

地震時→転倒・落下防止

家具の転倒防止



開扉食器棚内からの
落下防止



下段 あると安心

停電時→明かり・情報

懐中電灯・乾電池



ろうそく

(転倒火災注意)



携帯ラジオ(手回し充電も有)

停電・断ガス時→炊事・暖房

一人当り3食×3日分の
炊事用



卓上コンロ

ガスボンベ 3~5 缶/人

電気を使わない石油ストーブ
(やかんでお湯も沸かせる)



灯油 1 缶程度 ポンプも忘れずに

避難時

非常時持ち出しの用意



いつも飲んでる薬も
すぐに使えるお金も