

災害への備え チェックシート ～災害への備えはできていますか？確認できたら□に✓しましょう!!～



- ① 『ハザードマップさんだ』で自宅や地域の危険区域を確認!!
⇒三田市ホームページ「安全・安心」の「防災」の「ハザードマップ」から見るができます。
⇒三田市危機管理課の窓口等でもお渡ししています。

- ② 非常持ち出し品等を準備!!

- ◎まずは非常持ち出し袋を用意

例えば…

食料、水、ライト、ラジオ、電池、着替え、薬（お薬手帳）
証明（無理ならコピー）、ヘルメット など

⇒家族全員の1日の生活を振り返り、体の状況に応じて必要なものを用意しましょう

乳児⇒おむつ、粉ミルク、離乳食、お尻ふき など

お年寄りなど⇒補聴器、入れ歯、メガネ など

⇒リュックなど両手が使えるカバンに入れましょう

⇒持ち歩ける重さですか？必ず試してみましょ



- ◎3～7日分の備蓄を行いましょ（ローリングストック）

食料（そのまま食べられるか、簡単に食べられるもの）、水
燃料（ガスコンロやボンベなど）、生活用品 など

⇒食べ物や日用品を少し多めに

購入し、時期を決めて消費、
補充していきましょ。



- ◎こんな備蓄も考えてください

手回しタイプのライト、ラジオ、携帯電話充電機能付きのもの
保管スペースがあるなら発電機（カセットボンベタイプもあり）
寒さ、暑さ対策、熱中症予防の備え

- ③ 自宅の災害に対する安全性を確認!!

⇒耐震性は？

「誰でもできるわが家の耐震診断」（財）日本建築防災協会

インターネット上、リーフレットで確認できます

http://www.kenchiku-bosai.or.jp/seismic/kodate/wooden_wagaya.html

⇒屋内の危険箇所は？

居間や寝室などに大型家具があれば、転倒防止器具を！

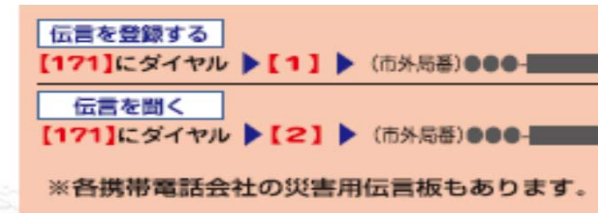
出入口や通路に物を置かない！

マンションでは、ベランダ等にある避難器具の使い方を確認！

- ④ 家族が離ればなれになったときの連絡方法、避難場所を確認!!

★災害用伝言ダイヤル

大災害発生時は電話利用が殺到し、電話がつながりにくい状況になることがあります。このような場合は、「災害用伝言ダイヤル」が解説され、被災地やその他の地域の人々との間で伝言の録音再生をすることができます。



毎月1日、15日
などに体験利用
ができます!!



- ⑤ さんだ防災・防犯メールに登録!!

sanda@bosai.net に空メールを送信してください

☆備えるだけでなく、日頃からあいさつ等を通じて、地域で顔見知りを増やしたり、地域の防災訓練などに参加するよう、心がけてみませんか。

（平成30年8月改訂）