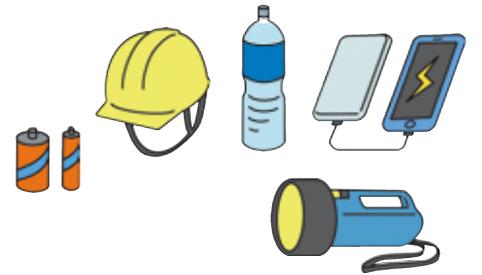


# 4月16日「熊本地震の日」は 家庭で日頃の備えを再確認！

本市では、市民が安心して暮らすことができる、真に災害に強いまちを実現するため、令和4年10月1日に「熊本市防災基本条例」を施行しました。この中で、平成28年熊本地震を通じて得た災害の教訓等を次の世代に伝承するとともに、防災への関心および理解を深めるため、4月16日を「熊本地震の日」と規定しています。みなさんもこの機会に、日頃の備えについてチェックしてみませんか。



## チェック項目 1 備蓄品の用意はできていますか？



熊本地震の際、電気・ガス・水道などのライフラインが被災し物資の供給も停滞しました。このことを教訓に、発災後の生活に必要な物をあらかじめ備えておくことが重要です。

### 備蓄品チェックリスト

#### 食料品

- レトルト食品(ごはん・おかゆ等)・アルファ米
- インスタントラーメン・カップみそ汁
- 飲料水

#### ここが重要！

7日間分を目安に、自給自足できるように準備しておきましょう。

#### 生活用品

- 給水用ポリタンク
- カセットコンロ
- ティッシュペーパー・ウェットティッシュ
- ラップフィルム
- 紙皿・紙コップ・割り箸
- 簡易トイレ
- 水不要のシャンプー
- ビニール袋
- ロープ
- 工具セット
- ほうき・ちりとり
- 長靴

#### ここが重要！

災害後、取り出しやすく運びやすいようにケースにまとめ、倉庫、物置、キッチン、押し入れなどいくつかの小分けして保管すると便利です。



## 無駄にならない日常備蓄を心がけましょう

日頃から利用している食料品や生活必需品を少し多めに購入しておく「日常備蓄」なら、簡単で無駄にならない備蓄ができます。

### 【日常備蓄のイメージ】



なくなる前に  
買い出しへ

日常の中で  
消費



食べ物や日用品を  
多めに買う



少し多めの状態をキープ

## チェック項目 2 非常持ち出し袋は用意していますか？

災害が起きた瞬間、「いざ」という時に何をどれだけ持って避難すればいいか、とっさに判断できるものではありません。事前にチェックリストで持ち出し品を準備し、持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

### 非常用持ち出し品チェックリスト

#### 貴重品類

- 小銭
- 預金通帳
- 印鑑
- 健康保険証・免許証(コピー)

#### 救急用具

- お薬手帳
- 常備薬
- 生理用品

#### 避難用具

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備の乾電池・充電器
- ヘルメット・防災ずきん

#### 非常食品

- 長期保存食(乾パン・缶詰など)
- 栄養補助食品
- あめ・チョコレート
- 飲料水

#### 生活用品

- 厚手の手袋
- 毛布
- ライター・マッチ
- ナイフ
- 携帯用トイレ
- タオル
- ウェットティッシュ
- マスク
- 消毒薬
- 体温計
- コンタクトレンズ保存液
- メガネ

#### 衣料品

- 下着・靴下
- 長袖・長ズボン
- 防寒用ジャケット・雨具

#### その他

- 携帯用カイロ



#### ここが重要！

安全かつ迅速に逃げられるよう、両手が使えるリュックサックなどを「非常用持ち出し袋」として準備し、玄関など避難時にすぐ持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

## チェック項目 3 室内の備えはできていますか？

家具の固定は、今すぐできる地震対策です。転倒したり移動したりしないようにしっかり固定することで、危険を減らすことができます。また、家の中に閉じ込められないように家具の向きや配置を工夫したり、窓やガラスに飛散防止フィルムを貼ることも対策になります。

