



そなえ防災

あきる野市防災・安心地域委員会

令和4年11月
(第20号)

発行責任者
防災・安心地域委員会
本部長 山崎 勇

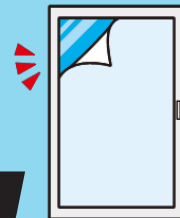
震災時における **在宅避難** という選択

避難のひとつとして**自宅が安全**であれば自宅に留まる「**在宅避難**」があります。
住み慣れた我が家で過ごすためには準備が必要です。

自宅の安全確保

建物と室内の安全を確保する

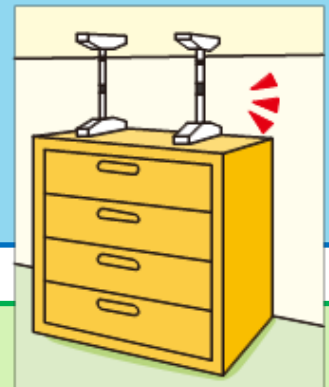
- 耐震化
- 家具転倒防止
- ガラス窓飛散防止フィルム
- 枕元に履き物を準備



参考
東京都発行
防災ブック
「東京防災」
P54
在宅避難



参考
東京都発行
防災ブック
「東京防災」
P94~P103



事前のそなえ

- 食料・水・燃料を備蓄する
- 簡易トイレを備蓄する

裏面の備蓄品一覧参照

参考
東京都発行冊子
「日常備蓄」で災害に備えよう

参考
東京都発行
防災ブック
「東京防災」
P92.P93



「東京防災」及び「日常備蓄」で災害に備えよう は東京都ホームページでご覧いただけます。

目につく場所に貼ってご使用ください

☑チェックして備えましょう！

普段使っている日用品や食べ慣れた食品を少し多めに購入して備蓄し、使いながら使った分だけ補充していくことで備蓄を継続することができます。

- 飲料水
- 非常食（レトルト食品・フリーズドライ食品・缶詰等）
- マスク・消毒液・救急箱・常備薬
- ウエットタオル・ウエットティッシュ・アルコールスプレー
- 口内洗浄液・口腔ケアウエットティッシュ
- ポリ袋・ラップ・アルミホイル
- ティッシュペーパー・トイレトペーパー
-
-

家庭でものを
必要な加えて
各書きください



参考：東京都発行冊子「日常備蓄」で災害に備えよう
「日常備蓄」で災害に備えようは
東京都ホームページでご覧いただけます。

- カセットコンロ・ボンベ
- 簡易トイレ
- 懐中電灯・乾電池・携帯ラジオ
-
-

モバイルバッテリー
などなど・・・



身を守るために備えましょう

- 耐震化（助成制度をご確認ください）
- 家具転倒防止
- ガラス飛散防止フィルム
- 食器棚の扉の留め具
- 枕元に履き物を準備
- 出入口に障害物を置かない
- 懐中電灯がすぐ手に取れる
-
-

