

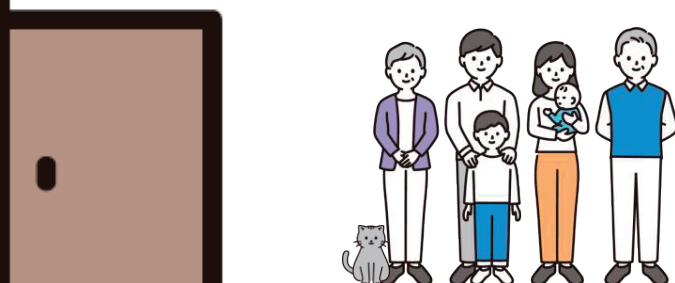
災害に備えておうちを避難所にしませんか？



＼おうちが安全だったら／

# 在宅避難

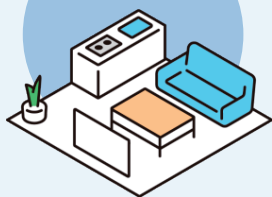
という選択肢



在宅避難とは、災害発生時に自宅で身の安全が確保できる場合に自宅で避難生活を送ることです。

## おうちで避難はメリットがいっぱい！！

住み慣れた場所



プライベート空間



ペットも居心地◎



**判断ポイント！**

※「在宅避難」でも、避難所などで物資を受け取ることができます。

- 1 浸水想定から身を守れる  
(浸水想定は各種ハザードマップから確認)
- 2 自宅に倒壊などの危険がない
- 3 周囲に火災が起きていない



状況により判断しましょう

**在宅避難**

自宅が安全なら

**避難所**

広域避難など  
(親戚・友人宅など)

自宅が危険なら



# おうちを避難所にする方法

## POINT 1

### 災害に強い家づくりをしよう

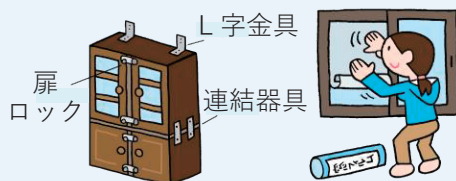
#### 耐震化

ご自宅の耐震性を高めましょう。特に昭和56年以前の旧耐震基準で建てられた建物は注意です。



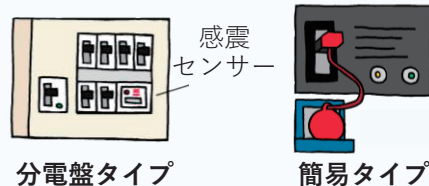
#### 家具転倒防止

家具などを固定したり、ガラス飛散防止フィルムを張ったりして、被害を軽減しましょう。



#### 感震ブレーカーで電気火災を防ごう

地震による火災の過半数は電気が原因です。地震の大きな揺れを感知して電気を自動で遮断する感震ブレーカーを設置することで、電気火災の発生を抑制します。



## POINT 2

### 備蓄をしよう～備蓄は最低3日分、できれば7日分～

#### 飲料水・食料品

☐ 飲料水 ☐ 食料品（レトルト食品・缶詰など）

#### 生活用品

☐ 常備薬 ☐ 歯磨きセット ☐ 救急セット

☐ ランタン ☐ 生理用品 ☐ ラジオなど

#### 乳幼児用品

☐ おむつ ☐ 離乳食 ☐ 液体ミルクなど

#### 要介護者用品

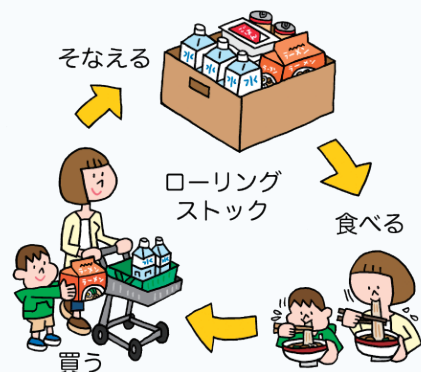
☐ 介護食 ☐ 大人用おむつ ☐ 補助具などの予備など

#### ペット用品

☐ ペットフード ☐ トイレ用品 ☐ 水など

#### 備蓄はローリングストック法で

消費期限にあわせて定期的に古いものから消費し、消費した分を補充するという循環型の備蓄方法です。



#### 特に備蓄しておきたいもの

##### 水・食料

水は1人1日3ℓ



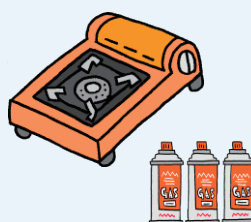
##### 携帯トイレ

1人1日5回分



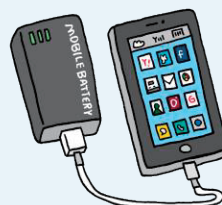
##### カセットコンロ

調理ができます



##### モバイルバッテリー

情報収集に必要なスマホを充電できます



災害発生時、電気・ガス・水道などが止まる可能性があるため、以下のものを備えておく心安心です。