

防 災 の 心 構 え

いつかやってくる「もしもの時」に備えましょう

令和7年12月8日夜、青森県東方沖を震源とする地震が発生しました。
この地震により、青森県・岩手県・北海道に津波警報が発表され、
最大70cmの津波が観測されました。
現在、「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発表されており、
今後、巨大地震が発生する可能性が高まっている状況です。



「もしもの時」の準備としては...

命を守る水



1人一日 **1リットル**
(生命維持量)

水は人数分確保しましょう!!

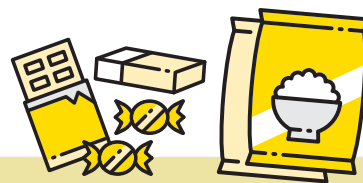
トイレ



簡易トイレがおすすめ!

水道が出ない場合は、水の代わりに凝固剤を使うことで対応できます。

非常用備え



水や食品、貴重品、携帯電話、マスク、ヘルメット、衣類、運動靴、懐中電灯、乾電池、薬、簡易洗面用具、オムツなど



- ✓ 避難時は **ブレーカー** を切り、**火元の安全を確認** する
- ✓ 雪解け時の避難は、足元に注意し **長靴** や **ゴム靴** を着用する



- 大雨・河川氾濫・土砂災害報 → NHK防災ニュース(テレビやスマホ)
- 特殊詐欺等の疑わしい電話 → #9110に電話する(24時間対応)
- 町内での犯罪・事件など → ☎011-552-0110(札幌南警察署)

当町内会ホームページでも情報発信中です!!



幌西第15分区町内会
ホームページ <https://ksd15.jp>

☑ 非常時の持ち出し品・備蓄品チェックリスト

すぐに持ち出せるように、下記のリストを参考に非常持ち出し品や備蓄品を準備しましょう。
備えておくものは各家庭・個人により異なりますので必要なものを準備してください。

非常時の持ち出し品（一例）

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 現金（10円や100円硬貨なども含む） | <input type="checkbox"/> 健康保険証 |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書（マイナンバーカード・運転免許証・パスポートなど） | |
| ----- | |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯・ヘッドライト | <input type="checkbox"/> ホイッスル・ブザー（音の出るもの） |
| <input type="checkbox"/> レインウェア・防寒着 | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 万能ナイフ | <input type="checkbox"/> 帽子・防災ずきん・防災ヘルメット |
| <input type="checkbox"/> アルミ製保温シート | <input type="checkbox"/> スリッパ |
| <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ |
| <input type="checkbox"/> 充電器・モバイルバッテリー・電池 | <input type="checkbox"/> 筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> マッチ・ライター | <input type="checkbox"/> メガネ・コンタクトレンズ（必要な方） |
| ----- | |
| <input type="checkbox"/> 飲料水（500mlを2本程度） | <input type="checkbox"/> 非常食・お菓子 |
| <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・洗面用具・生理用品 | <input type="checkbox"/> ティッシュ・除菌シート・マスク |
| <input type="checkbox"/> 常備薬口救急セット（絆創膏・包帯） | <input type="checkbox"/> 衣類（着替え・下着・靴下） |

- 備蓄品は最低でも3日分以上を心がけ、飲食物は保存期限にご注意ください。
- 乳幼児や高齢者、介護を必要とする方など、家族構成や家庭事情に応じて準備しましょう。

ローリングストックの実践で日常的に備蓄と更新をしましょう！

食料や日用品を少し多めに買い置きし、食べた（使った）分だけ買い足し、備蓄する方法をローリングストックといいます。食べながら備えるため、消費期限が短いレトルト食品なども非常食として扱えます。

