



いつまでも

えがお



災害に対する備えについて

阪神・淡路大震災から31年経過しました。震災の記憶は少しずつ風化し、その記録も徐々に失われていきますが、その経験の多くは、現在各所で起きる災害対応の原点となっています。

1月17日は「防災とボランティアの日」「ひょうご安全の日」です。

3月1日は「防災用品点検の日」関東大震災を教訓に3ヶ月ごとに季節に応じた災害の備えをするために制定されました。

3月11日は「いのちの日」東日本大震災で命の尊さを思い、命の大切さを考え震災で学んだ事を風化させることなく災害に備えるために制定されました。

過去の教訓を生かして災害に備えましょう。

どんな備えがあれば良いのか。右記 QR コード西宮市ホームページ「備えよう！にしのみや防災ガイド」では備え・災害・避難を知る事が出来ます。



マイ非常持出品リスト

すぐに避難できるように最低限必要なものを非常持出品として準備しておきましょう。
非常持出袋には両手の空くりュックサックが便利です。重すぎないかどうか、背負ってみましょう。



必須持出品

成人男性で15kg
成人女性で10kg
までも目安に



<input type="checkbox"/> 飲料水  重くなりすぎないように、最低限(500mlペットボトル2〜3本程度)	<input type="checkbox"/> 非常食  食べやすく、保存期間が長く、調理せずに食べられるもの	<input type="checkbox"/> 貴重品  現金(公衆電話用に10円玉)・通帳の写し・身分証の写しなど	<input type="checkbox"/> 救急用品・医療品 感染防止品  消毒薬・包帯・三角巾・マスク・体温計・スリッパなど
---	---	---	--

任意持出品

<input type="checkbox"/> ホイッスル(笛)	<input type="checkbox"/> ヘルメット、防災ずきん	<input type="checkbox"/> 底の丈夫な靴	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー
<input type="checkbox"/> 厚手の手袋(軍手)	<input type="checkbox"/> 雨具、防寒具、保温シート	<input type="checkbox"/> 衣類(上着・下着・靴下)	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 携帯用カイロ	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ+予備電池	<input type="checkbox"/> 懐中電灯+予備電池	<input type="checkbox"/> 筆記用具
<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> タオル、ハンカチ	<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ	<input type="checkbox"/> アイマスク、耳栓
<input type="checkbox"/> 衛生用品	<input type="checkbox"/> 簡易食器(割りばし・紙皿)	<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー	<input type="checkbox"/> 石鹸、ドライシャンプー
<input type="checkbox"/> 携帯ナイフ・缶切り	<input type="checkbox"/> 生理用品	<input type="checkbox"/> 歯磨きセット	<input type="checkbox"/> 家族やペットの写真

西宮市ホームページ 防災情報より引用

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、いつまでもお元気で安心して過ごして頂けるよう様々な支援を行うために西宮市が主体となって設置している身近な相談窓口です。

西宮市高齢者あんしん窓口

