

我が家の防災チェックリスト

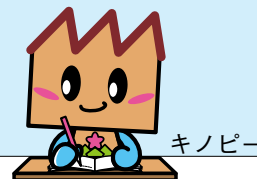
このページは取り外して使用できます。自宅の目立つところに置いておきましょう。

問い合わせ＝防災・危機管理課防災・危機管理担当（☎内線 415）



まずは、家族みんなで防災会議。

災害時の対応について、次のようなテーマで話し合ってみましょう。



防災用具・非常用持ち出し品

- 必要な品が揃っている（13 ページ参照）
- 水・食品は使用期限内である
- 設置、保管場所が決まっている

連絡方法や避難場所

- 家族が離ればなれになったときの連絡方法がある
- 家族の避難経路や避難場所が決まっている
- 気象や災害情報などの入手方法が分かる

家族それぞれの役割

- 緊急時の役割分担が決まっている
(高齢者や乳幼児の補助、物品の持ち出し)

災害（大雨や地震）発生時の行動

- 災害ごとに、発生時の安全確保がイメージできる
- 災害ごとに、安全な場所が分かる（屋内・屋外）
- 安全な場所までの移動方法が分かる



家の内外をチェック。

平時から身の回りの点検をしておきましょう。

屋外

- 雨戸ががたつき・ゆるみがない
- ベランダに植木鉢など落下物を置いていない
- 物干し竿が落下しないよう対策をしている
- プロパンガスのボンベや灯油タンクの転倒防止対策をしている
- 側溝や排水溝の清掃、詰まりを除去している
- 自宅周辺の危険箇所を確認している（狭い路地、崖や川べりなど）

～戸建て～

- 住宅の耐震診断・補強を実施済み（昭和 56 年 5 月以前に建築の場合）
- 屋根の点検・補修を実施済み
- 屋根上のアンテナや温水器を固定している
- シロアリの駆除を定期的の実施している
- ガス漏れ防止用マイコンメーターを設置している
- ブロック塀などの補強を実施済み

～集合住宅～

- バルコニーの仕切りや避難ハッチの部分をもとで塞いでいない

屋内

- 家具が転倒しないよう対策をしている
- 寝室や子ども・高齢者の部屋に、転倒しやすい家具を置いていない
- 重い物は家具の下に収納している
- 2階に重い家具・ピアノなどを置いていない
- 通路や出入り口付近に家具や邪魔な物を置いていない
- 食器棚などの扉が不用意に開かないよう対策をしている
- ガラスに飛散防止対策をしている
- 照明器具の落下を防ぐよう固定している
- 寝室にスリッパや靴、懐中電灯を置いている
- 住宅用火災警報器を設置している
- 家庭用消火器を設置している



桐生ふれあいメールは登録していますか？



気象警報や避難情報などを電子メールで配信します。

我が家の



備蓄品

ライフライン復旧までの数日間、必要なもの。

- 飲料水 ※1人あたり1日3リットル
(賞味(消費)期限 年 月 日)
- 食品 ※缶詰、レトルト食品など
(賞味(消費)期限 年 月 日)
- 燃料(卓上コンロ、固形燃料、ガスボンベ)
- 簡易食器(わりばし、紙皿、紙コップ)
- ラップ、アルミホイル
- ティッシュ、トイレトペーパー
- シャンプー(水のいらぬもの)
- 歯ブラシ、石けん、入れ歯洗浄剤
- 毛布、タオルケット
- 防寒着、使い捨てカイロ
- 雨具、ブルーシート
- ビニール袋
- 布ガムテープ
- 簡易トイレ
- 工具類(のこぎり、バール、スコップなど)
- 予備の眼鏡、眼鏡拭き
- コンタクトレンズ、洗浄液
- 補聴器
- マスク
- 消毒液(ウェットティッシュ)

我が家の



非常用持ち出し品

避難所に行く場合など、最低限必要なもの。

- 飲料水(賞味(消費)期限 年 月 日)
- 非常食(賞味(消費)期限 年 月 日)
- ヘルメット、防災ずきん
- 懐中電灯、予備の電池
- 携帯ラジオ、予備の電池
- 携帯電話、モバイルバッテリー(充電器)
- 寝具(毛布など)
- 着替え、避難に適した靴
- 下履き入れ(ビニール袋など)
- スリッパ
- 常備薬、お薬手帳
- 医薬品(傷薬、ばんそうこう、風邪薬など)
- 生理用品
- 健康保険証、運転免許証
- 貴重品(通帳、印鑑など)、現金
- ろうそく、ライター
- ナイフ、缶切り、スプーン、はし
- 軍手、手袋
- 筆記用具
- マスク(代用品:タオル)
- 体温計
- 消毒液(ウェットティッシュ)



プラスアルファで必要な品

家族構成によって必要なものは変わります。それぞれ必要なものを準備しましょう。



要介護者の備え

- 補助具の予備
- おむつなどの身の回り品
- 障害者手帳
- 介護保険証

乳幼児の備え

- ミルク(粉や液体)、飲料水、哺乳瓶、ポット
- 哺乳瓶洗浄たわし、消毒薬
- おやつ、離乳食、離乳食用スプーン
- 紙おむつ、携帯用おしりふき
- 抱っこ(おんぶ)ひも
- おもちゃ
- 母子健康手帳

妊婦の備え

- 脱脂綿、ガーゼ
- さらし、T字帯
- 清浄綿、母乳パッド
- 新生児用品
- 母子健康手帳

ペットの備え

- ペットフード、飲料水
- 首輪、リード
- 折りたたみ式のゲージ
- 鑑札、迷子札、写真
- 注射済み票