



提案します “災害時の備え”

地震や台風など災害の度に、水や食料品、防災備品などが店先から消えて手に入らない
どうしたらいいの？



だからこそ提案します！！

始めてみませんか・・・

備えない防災（フェーズフリー）



Q. 「フェーズフリー」って何？

A. これは、日常生活でひと工夫しておくことで、災害時にも活用できるという考え方です

- ※ 平常時の備えや活動が災害時にも活かされる
- ※ 普段使いしているものが災害時にも活用できる

例えばこんなこと



1. ローリングストックのすすめ

食料や日用品を多めに買って置き、**使った分だけ買い足す**

※ 飲料水、米、レトルト食品、トイレットペーパー など

⇒ これが出来ていれば慌てて買いに行く必要がない



2. 災害時の視点を持つ

買い物の際「**災害時にも役立つのでは**」という視点を持つ

※ カセットコンロ、ソーラー充電式ランタン、バーベキューセット など

⇒ 普段から使っているものが、災害時にも役立つ



3. 避難生活の助けとなることを知る

避難生活の状況を想像し必要なことを知る

(例1) 簡易トイレの準備

段ボール箱、ゴミ袋、ペット用シート・砂、紙オムツ、きざんだ新聞紙などがあれば代用できます



(例2) 電気・電源の確保

モバイルバッテリー、ソーラーパネル、電動自転車バッテリー、車のシガーソケットなどが活用できます



(例3) 安心・安全の方策

家族間の連絡方法を決める、ラジオから情報、自転車用ヘルメットの代用、キャンプ用品の活用などが考えられます

防災対策のHPは
こちらから ▼



“みんなで話し合ってみましょう”

無理せず 無駄なく 賢く備える！