

さくら通信

【もくじ】

- ◆家の中でできる防災対策
- ◆ローリングストックで無駄なく食品や日用品を備蓄しよう！
- ◆災害の備え「チェックリスト」



本社 〒705-0002 岡山県備前市浦伊部970-2
 事務所「住まいる〜む」
 〒701-4254 岡山県瀬戸内市邑久町豆田188-1
 TEL:(0869)24-8741 FAX:(0869)24-8742
 mail:t-sakura@minos.ocn.ne.jp



SNS随時更新中
フォローお願いします



HP QRコード

9/1は『防災の日』。災害は「まさか」ではなく「いつか」は起きるものという意識を！

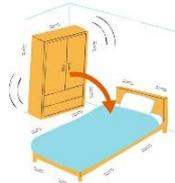


家の中でできる 防災対策

近年、地震や豪雨などの天災が多く発生しています。危険はいつ訪れるかわかりません。だからこそ、日頃からの備えと予防が重要です。しっかりと対策をして命を守る準備をしましょう！

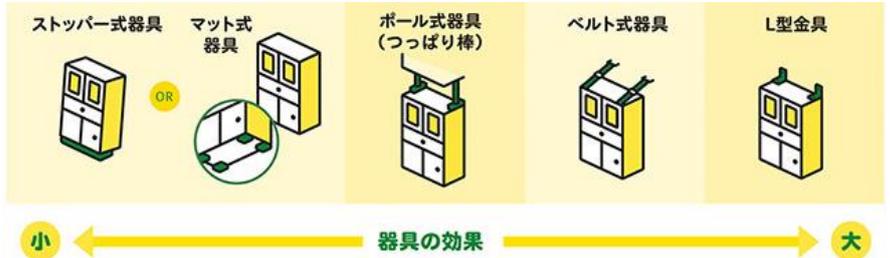
① 寝室や子ども部屋などには、できるだけ家具を置かない

家具を置く場所はなるべく背の低い家具にし、転倒防止策をとみましょう。



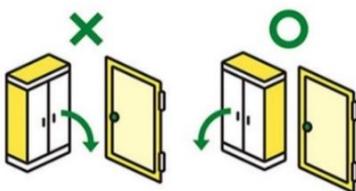
③ 家具等の転倒・落下防止対策をとる

家具のほかにも、テレビ、冷蔵庫など、家の中には凶器になるものがたくさんあります。それぞれの部屋で必要な対策をとみましょう。



② 家具の向きや配置を工夫する

家具が倒れてケガをしたり、出入り口をふさいだりしないように工夫しましょう。



④ 懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備える

停電時に使用する懐中電灯や割れたガラスでのケガを防止するスリッパ、救助を求めるためのホイッスルなどは、手の届くところに備えましょう。

ローリングストックで無駄なく食品や日用品を常備しよう！

ローリングストックとは、いつも利用している食品や日用品で、非常時にも利用できるものを少し多めに備蓄（ストック）する方法のことで、ポイントは、非常時を意識した上で、自宅で安全に待機できる状況下で、



一緒に生活している人すべてをまかなえる最低1週間分の必要なものがきちんとストックしてある状態ということ。調味料やトイレトペーパーを予備として多めに買っておくことは別ものです。また、非常用の乾パンや賞味期限が年単位の缶詰といった、“非常食”を備蓄しておくこととも違います。

あくまで、“日常的”に利用している食品や日用品を、非常時にも乗り切れる分だけ常にストックしておき、それを生活の中で消費し、消費した分だけ買い足していくこと。なので、より手軽で無駄がないんです。

ライフライン停止								復旧	
災害発生	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	店頭販売再開を想定	
	水および水分(大人1日3L相当)								
	冷蔵庫内の食品 生鮮食品、野菜類、冷凍食品、パン類など				ローリングストックしている食品 レトルト食品、インスタント食品、米類、麺類、乾物、菓子類、缶詰など				
	調味料、乾パンなど								

家族間での防災意識を共有することが大切！

災害はいつ起こるかわからないため、日頃から家族で避難場所・避難経路・避難方法などについて確認しておくことが大切です。また、職場や学校にいたときに災害にあった場合のことも決めておきましょう！災害の備えを今一度確認し、非常用持ち出し袋の準備をしましょう。中身を定期的に確認し、災害時持ち出し避難できるよう玄関周辺に置きましょう。



災害の「備え」チェックリスト

非常用持ち出し袋

— 非難の際に持ち出すもの —

- 水
- 食品
ご飯、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分の用意！
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- レインウェア
- 紐なしのズック靴
- 懐中電灯 ※手動充電式が便利
- 携帯ラジオ ※手動充電式が便利
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品
ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬 等
- 使い捨てカイロ
- ブランケット
- 軍手
- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ペン・ノート

感染症対策にも有効

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 石けん・ハンドソープ
- ウェットティッシュ
- 体温計

一緒に持ち出そう！

- 貴重品
例) 通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカード 等

子どもがいる家庭の備え

- ミルク(キューブタイプ)
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 携帯カトラリー
- 子ども用紙オムツ
- お尻ふき
- 携帯用お尻洗浄機
- ネックライト
- 抱っこひも
- 子どもの靴

女性の備え

- 生理用品
- サニタリーショーツ
- 防犯ブザー/ホイッスル
- おりものシート
- 中身の见えないごみ袋

高齢者がいる家庭の備え

- 大人用紙パンツ
- 杖
- 補聴器
- 介護食
- 入れ歯・洗浄剤
- 吸水パッド
- デリケートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

備蓄品

【家に備えておくもの】

- 食料品や水(最低3日分！できれば1週間分)×家族分
- 生活用品
例) ティッシュ・トイレットペーパー・ラップ・ゴミ袋・ポリタンク・携帯用トイレ 等

ほかにも、家族で必要なものを話し合い、日ごろから備えておきましょう

桜井工務店
ホームページ

メンテナンスご希望の方は、弊社HP【OB様専用のバナー】からもご連絡できます！

OBさま専用

メンテナンス等ご希望の方はこちらから

弊社で建てられた家の、修理・修繕、追加工事、点検等
メンテナンスご希望される方はいつでもご連絡ください。

メンテナンス



QRコード