

2012年6月 NO.4

自主防災の基本

防災だより

【自助】: 自らの【命・家族】は、自ら守る
 【共助】: 自主防災はB自治会が防災隊
 【近助】: 防災は【近所の助け合い】が使命

発行者 B茅ヶ崎自治会・「これからの自治会活動」検討プロジェクト

* 防災用品 *

大地震の後；水・電気・ガス・下水道がストップ。何が必要か？
 避難生活；もし、余儀なく避難生活となると。何が必要か？

大地震の後は、ライフラインがストップ。
 原始生活は三日間続く。さらに、何がどうな
 っているのかが分からない。

家が無事でも家の中は家具の散乱状況が

考えられる。

こんな時、あなたはどうか。平常時の
 今、その時のための「そなえ」を防災用品の
 視点から考えましょう。

防災用品の視点を変えた見直し、再点検

(消費期限切れ、電池切れ、置き場所、予備など)

防災用品は何らかの形で用意されている
 人が多かった。(B茅ヶ崎自治会の防災アン
 ケート) しかし、まだ、用意されていない
 方もおられた。

このような状況を踏まえて、備えている人
 にも、備えていない人にも、役立つように、
 視点を変えて「防災用品」の見直しができる
 ようにリストアップしてみました。

防災用品を本やインターネット及び販売店
 で調べてみると、大変多くの情報や物があっ
 て、自分や家庭にとって「真」に備えなけれ
 ばならないのは何か、迷ってしまう。

人はそれぞれの生活の価値観が違っていて
 一概には選定できない。ここでは、選定する
 のに何をきっかけにすれば良いか、その視点
 を重視してまとめた。

防災用品の選定 (優先順位)



防災用品の選定 (使途別)

- 1, 本当に命を守る「防災用品」をまず、最初に
- 2, 危機に陥るリスクを軽減するもの
- 3, 避難を手助けするもの
- 4, 避難生活で健康を維持するために必要なもの
- 5, 避難生活を快適に過ごせるようにするもの

- | | |
|---------|--------|
| ①食料・飲料水 | ⑥高齢者用品 |
| ②救急セット | ⑦情報関係 |
| ③生活用品 | ⑧ペット用品 |
| ④赤ちゃん用品 | ⑨貴重品 |
| ⑤女性用品 | ⑩小物用品、 |

防災用品の考慮しておくべきポイント

- A, 数日間、自力生活する。「備蓄品を備えて」おきましょう。
 B, 食糧品は消費期限（賞味期限ではない）に気をつけましょう。
 C, 災害後にとりに行けるように、倉庫や車のトランクなど分けて備蓄しておく便利です。
 D, 日常生活で消費しながら（乾麺、乾物、缶詰、レトルト食品など）、買い足していく。
 E, 薬は第3者から提供されにくい自分特有のものは多めに用意する。
 F, 一般に売られている標準装備に自分特有のものを加えて初めて役立つ。
 G, 震度6弱以上ではほぼ全員がけがをするため応急処置ができるように備える。
 H, 100円ショップでかなりのものが求められます。

★防災に関する、種々の疑問や、問い合わせ、相談は下記へ★

★本紙に関する
連絡・問い合わせ先★

- 茅ヶ崎市 防災安全部 防災対策課 0467-82-1111 (3281, 3282)
- 藤沢市 総務部 災害対策課 0466-25-1111 (8500)

坂上 (B-24-20)
 Tel/Fax 53-1351
 y.sakaga@jcom.home.ne.jp

防災用品の選定

あなたにとって地震災害の後に必要なものは何か？

下記を参考に選定し（見直し），“備えて”下さい。

選定するのも、備えるのもあなたの知性と責任で。

選定に際して

選定の決め手になるのは何か？ それはあなたの自身の価値観によって決まります。

選定基準の項目は「あなたの価値観は何か」で分けてみました。

品物をみてから、そして選定基準をみてから何のために必要か？ チェックしてください。

“キッカケ”になる言葉が重なることがあるか

も知れませんが、それも価値観の反映となるでしょう。

「防災用品選定の“キッカケ”になる言葉」を探して、自分、家族の価値観に合う防災用品を選び、備えましょう。

同時に防災用品の個数、使い方、期限、予備（電池、ガスボンベなど）、設置場所などを考慮してください。

防災用品のリストアップ

無印；一般的な防災用品

a；非常持ち出し袋に最低必要なもの

b；非常持ち出し品

c；非常備蓄品

d；防災準備品、

e；停電に備え

1、食糧・飲料水

①レトルト食品	ご飯・おかゆなど (a, d)	
②インスタント食品	インスタントラーメン、カップみそ汁など(a)	
③缶詰 (缶切りのいらないものがよい)	缶詰のパン等（氷砂糖入り、最低限の食料として（水で戻さなくてもよいご飯・缶詰のパンなど）缶入りカンパン約5年、缶入り水約3年	
④飲料水 3L/日・人、3日分	ペットボトルは保存期間1年。保存の良いスーパー保存水もある。持ち運びを考える (a, c, d)	
⑤ジュース・お茶	水を使わないように。茶のカテキンは殺菌に使える用途もある	
⑥嗜好品	飴・チョコなど高カロリー食品。疲労時の糖分補給、子供を落ち着かせるのに役立つ。我慢できなくなる方のたばこ、酒類なども	
⑦浄水器	非常時の非常時用	

2、救急セット (a, d)

①三角巾 2	圧迫・固定・覆いなど多用途	
②包帯 2巻	伸縮性のあるものが便利	
③バンソウコウ 10枚	大小合わせて準備	
④消毒液 1本	2年に1回ぐらいは点検を	
⑤毛抜き 一本	とげ抜き、ピンセットとして使える	
⑥マスク 2枚	大きめがよい	
⑦薬 適	胃薬。風邪薬。降圧剤等の常備薬（あわせて処方箋のコピーも）	
⑧脱脂綿 適		
⑨適目薬 1本	ほこりなどが舞うので	

3、生活用品(2人分)

①懐中電灯 1	電池切れに備えできれば充電式がベスト(a, c, d)	
②ローソク(太め) 2	長時間の使用に(暖房器具の点火に便利)(a)	
③ライター 2	ローソク、マッチより使い勝手が良い(a, d)	
④万能ハサミ 1	ナイフ、缶切り、栓抜きなどがある複合ツールが便利	
⑤軍手 手袋 2	熱に強い綿 100%のもの 皮手袋はガラスに強い(a)	
⑥ロープ 7m~	救助用。避難用に人の体重が支えられる匈奴のもの	
⑦レジャーシート2畳 1	一人当たり1畳程度が欲しい。避難先のスペース確保	
⑧保護シート 2	非常時の軽量防寒ブラケット 毛布3枚程度の暖かさ(a)	,
⑨簡易トイレ 2	断水時はトイレも使えない	
⑩タオル 4	汚れのふき取り。けがの手当て。下着の代用など用途は広い	
⑪ポリ袋 10	大小合わせて10枚程度物を入れた雨具の代用など用途は広い	
⑫トイレットペーパー 1	芯を取るとかさばらない(ティッシュペーパーも)(b)	
⑬ウェットティッシュ 2	乾燥しないようラップ等でくるむ	
⑭ガムテープ(布製) 1	シートやダンボールの固定など用途は多い	
⑮油性マジック 1	伝達・お知らせ・尋ね人などの記載用(紙はカレンダーの裏)	
⑯筆記具 1	手帳またはメモ用紙と筆記具(b)	
⑰非常持ち出し袋 1	防災製品なら好ましいが、なければ背負える紐の付いたもの	
⑱衣類、雨具	天候に左右されるが(a, d)	
⑲防災ずきん	最近ではヘルメットへ移行、併用も(d)	
⑳歯ブラシ	我慢できない人	

総務省消防庁の防災グッズの紹介

(非常持ち出し袋には、最低これだけ必要です) INTより
印鑑、現金、救急箱、貯金通帳、懐中電灯、ライター、缶切り、ローソク、ナイフ、衣類、手袋、ほ乳びん、インスタントラーメン、毛布、ラジオ、食品、ヘルメット、防災ずきん、電池、水



教訓 1

のぞき
米沢藩主 上杉鷹山の重臣 荏戸善政 「非常食」で天保の大飢饉で一人の餓死者を出さず。

豊かな今だからこそ、つい忘れてしまいうがちになる備蓄、決して油断してはいけません。

教訓 2

久我徹 元博報堂常務 関西支社長
阪神淡路大震災のとき、用意した「伝言メモ」が安否と消息の確認に大きな役割を果たした。

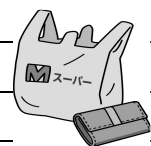
- ・命のインフラであるライフライン、
- ・人や組織をつなげるヒューマンライン、
- ・心を結ぶコミュニケーションライン。
- ・より高度な欲求を満たす三つのラインが備わって初めて、人々は安全・安心で
- ・快適な生活を感じることができる。

4, 赤ちゃん用品	①粉ミルク ②哺乳瓶 ③離乳食 ④スプーン ⑤洗浄綿 ⑥バスタオル ⑦ガーゼ ⑧紙おむつ ⑨母子手帳 ⑩玩具 ⑪着替え ⑫ベビーカー（荷物運搬用としても役立つ）⑬子供用品も（a）	
5, 女性用品	①生理用品（傷の手当て等ガーゼの代用品としても重宝する） ②化粧品 ③鏡 ④ブラシ ⑤おりものシート ⑥自分特有の物 ⑦ホイッスル付きライト（防犯用も兼ねて）	
6, 高齢者用品 要援護者用品	①おむつ ②着替え ③予備メガネ ④看護用品 ⑤持病薬（処方箋のコピーも） ⑥援護者用品	
7, 情報関係	①携帯 ②スマホ ③ラジオ/TV ④関連連絡先名簿 ④防災カード（一人ひとりのもの、要援護者用名簿の控えも）（a）	
8, ペット用品	神奈川県茅ヶ崎保健福祉事務所 生活衛生部環境衛生課 0467-85-1171 へ	

9、貴重品

①現金（硬化は多いほうが良い） ②車や家の予備鍵（家の中が散乱し探すのが困難） ③予備メガネ・コンタクトレンズなど（普段コンタクトは水不足で洗顔も不便な為） （コピーや番号の控えなどの工夫も可・身分証明にもなる） ④預金通帳 ⑤健康保険証 ⑥パスポート・外国人登録証 ⑦印鑑 ⑧運転免許証 ⑩住民票 ⑨証書類（保険証など） ⑪自分だけの物（気持ちを支える物、心が落ち着く物など）	
--	--

10、小物用品、あれば便利

①食器・缶切りなど	皿、箸、コップなど、プラスチック製なら繰り返し使える。 子供用スプーン・フォーク	
②サランラップ	食器をラップで覆い使用すると、食器洗浄などで貴重な水を無駄にしない。傷口に巻きつけるとバイ菌が入らないので応急処置にも有効	
③アルミ箔	調理時の包装材。断熱食器として利用	
④ビニールシートとロープ	雨よけ、風除けに	
⑤大きめのビニール袋	使い勝手がよい多用途	
⑥水タンク	持ち運びを考えて	
⑦キャンプ用品	はじめての人には大変ですが	
⑧新聞紙	燃やす、敷き、包む、暖を取る、拭き取るなど用途は広い	
⑩自転車、バイク	自転車はカギを複数、手引き運搬用買い物かごなども便利	

（参考情報元）●日経新聞 ・2012. 3. 6(夕)らいふプラス ・2012, 10(夕)「とことん試します」 福沢淳子記者 ●広報 とうきょう消防 第4号「地震から身を守る」東京消防庁 ●ふれあい朝日174号「我が家の防災マニュアル」 ●立川防災館「わが家の安全チェック」、「非常持ち出し品リスト」 ●県のたより 2011, 4 No667「地震から身を守ろう」 ●茅ヶ崎市 市政情報紙 H24, 3, 1 発行「自分は大丈夫だと思いませんか」 ●AERA2012, 4, 9「こうやって生き延びる」「死なない部屋の作り方」 ●「防災用品チェックリスト」FM BROADCASTING ●「防災用品チェックリスト」(株)矢川原 ●「震災ポケットマニュアル」(これだけは知っておきたい地震への備え) 日経新聞社編著 ●他各インターネット情報 ●天災人災格言集 平井敬也著 興山舎 ●「災害に備えて」茅ヶ崎・寒川動物愛護協議会 神奈川県茅ヶ崎保健福祉事務所 生活衛生部環境衛生課 0467-85-1171