

# 見守り 新鮮情報

第40号

突然襲ってくる災害に対し、日頃から  
防災のための備えをしておくことが大切です。  
いざという時に役立つ常備品をご紹介します。



## ◆速やかな屋外への避難に役立つもの

- 紐なしのズック靴（履きやすく脱げにくい）
- レインウェア（雨や寒いときの上着代わりになる）
- 革手袋（ガラスやガレキをかき分ける）
- 発光ダイオードのヘッドライト（両手が空く）  
など

## ◆なければ困るもの

- 常備薬
- 入れ歯
- 補聴器
- 予備のメガネ
- 通帳や証券類の控え番号を記したメモ帳  
など

# 防災のための常備品 準備は万全ですか？

## ひとこと助言

日頃から  
準備してね



見守るくん

- 常備品はとっさの時に運び出せるように、重さなどを考えて、本当に必要なものだけを用意しておきましょう。持ち出すための袋などはできるだけ軽く、リュックのように両手が使えるものにしましょう。
- 中身を忘れないためにも定期的に確認し、家の中の日常の動きを考えて置き場所を決めましょう。また、速やかな屋外への避難に役立つものは、寝室や玄関など複数の場所に、同じものを置いておきましょう。
- 「なければ困るもの」は、ほかのものでは代用できませんので、常に身近に置く習慣を。
- このほか、水のペットボトル、大型ゴミ袋、ラップなどの日常品も必要です。これらは、わざわざ防災のために特別なものを用意するのではなく、安価でどこでも入手できるものを備えて古い順に使い、ある程度の数を持つなど、普段の生活の中に組み込むと、無理なく防災の準備ができます。