

特集 災害への備え 非常持ち出し品、何を用意する？

日本では、地震、津波、大雨などにより、私たちのいのちや暮らしを脅かす災害が数多く発生しています。このような災害から「いのち」を守るためには日ごろから備えることが大切です。今回は、様々な非常持ち出し品の中から何を選び、どう備えておくべきかについてお伝えします。

非常持ち出し品の参考例

食料など 	清潔・健康のためのもの 	便利品など
個々の実情に応じて必要となるもの 		
貴重品 ※現物を持ち出せなかった場合に備えて、必要に応じてコピーを入れておく 		
情報収集用品 		

非常持ち出し品を用意するPoint!

- Point** 必要な物は、一人ひとり違います。自分自身の環境や家族構成などによって、アレンジして準備しましょう。
- Point** 準備した非常持ち出し品は、バッグなどにまとめ、いつでも持ち出せる場所に置いておきましょう。
- Point** 防災バッグは、自分で持ち運べる重さであることが重要です。

マスクや除菌グッズなどの感染症対策をするといいですね。また、持ち出し品の梱包は、用途別に小分けにすることをオススメします。

小銭を含めてある程度の現金を持っておいた方が望ましいですね。また、携帯電話に薬の写真、名前を残しておくとお薬手帳が無くても対処できる場合があります。

「日赤オリジナル防災セット」を3名様にプレゼント

- ①名前 ②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢
⑥本誌のご感想 を明記のうえ、ハガキでご応募ください。

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。また、収集した個人情報につきましては、個人情報保護法及び日本赤十字社の個人情報保護規程に則り取り扱います。



応募先
〒690-0873 松江市内中原町40
日赤島根県支部 総務課
応募締切
令和8年
1月23日(金) 必着

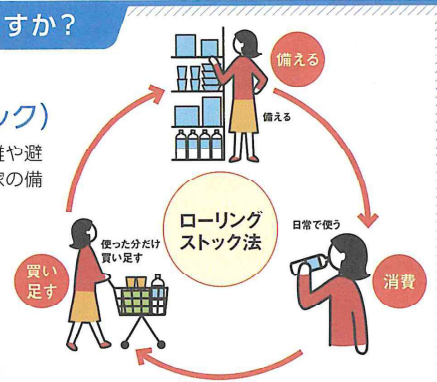
備蓄はしていますか？

明日から出来る、食料品の日常備蓄(ローリングストック)

災害発生後は水や食料が不足することがあるため、在宅避難や避難所から数日後に自宅へ戻った際のことと考えて、口頃から家の備蓄に注意を配りましょう。

日常備蓄(ローリングストック)とは

普段の食品を少し多めに買い置きし、使った分だけ買い足すことで、常に一定量の食料を家庭に備えておく方法です。これにより、災害時にも普段から食べ慣れているものを食べることができます。



自治会・町内会等を対象に「防災セミナー」を実施しています!



セミナーを通じて、地域コミュニティにおける「自助」と「共助」の力を高め、災害からいのちを守り、被災に伴う心身の苦痛を軽減することを目指します。

カリキュラム一覧

- 災害への備え
- 災害エスノグラフィ
- 災害図上訓練
- 家具安全対策ゲーム
- ひなんじょたいけん

この他にも様々な講習会を実施しています。▶▶▶



お問い合わせ・お申込み 日赤島根県支部 事業推進課 ☎(0852) 21-4237

(ご注意)

- ・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
- ・この用紙は、ATMでは使用できません。
- ・この申込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
- ・ご依頼人様からご提出いただきました申込書に記載されたおところ、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
- ・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

払込んだ金額は、個人については、所得税法第78条第2項第3号の規定に基づく寄付金に該当し、法人については、法人税法第37条第4項に基づく寄付金に該当します。

〒690-0873 松江市内中原町40
日本赤十字社島根県支部
電話 (0852) 21-4237

この場所には、何も記載しないでください。

「いのちを救う活動」を継続していくために、活動資金への協力をよりしくお願いいたします。

