

藤枝市

わが家の 地震対策3本柱

① 耐震化

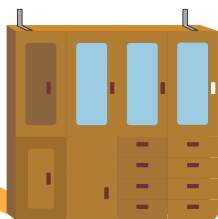


住宅の倒壊から命を守るため
わが家の耐震性を高めましょう。



② 家具の 転倒防止

家具の転倒や移動によって、自分や
家族がケガをしないよう、また避難
ルートを確認するためにも**家具等を
しっかり固定しましょう。**



3本柱 +1

感震ブレーカー

感震ブレーカーとは、地震発生時に揺れを感知し、自動的に電気の供給を遮断する器具です。藤枝市では地震による電気火災から「家」・「地域」を守るため、感震ブレーカーの設置費用の一部を助成しています。ぜひ、ご活用ください。



非常用品は、「非常持出品」と
「非常備蓄品」に分けられます。

**非常食・飲料水は、「非常持出品」と
「非常備蓄品」と合わせて7日分以上
上の備蓄をしましょう。**

回転備蓄のススメ(ローリングストック法)
消費期限や賞味期限が切れてしまう無
駄を防ぐため、古いものから先に使い、
補充するというサイクルをつくり、上手
に備蓄しましょう。



③ 非常用品 の準備

備えていますか？
南海トラフ巨大地震

携帯トイレ、どれくらいの数を備えたいの？

めやすは

1人1日
5回分

(1週間)
7日分

家族の
人数分

ふだん、1日に
何回トイレに行くか
考えてみよう

1人につき…

「1日5回分を1週間分」をめやすに備蓄しよう

5人家族だったら？

5回分 × 7日分 × 5人分 = 175コ!

こんなに
いるんだ!

※「携帯トイレ」とは災害用トイレのうち、既存のトイレ等に被せて用いるもので、便袋に吸収シートが付いたものや、便袋と凝固剤を併用するもの。〔携帯トイレ〕には様々な製品があります。



●非常用品チェックリスト●

準備が出来た品物はチェック欄に✓をつけましょう。

【非常持出品】…大きな災害が起きた時、家屋の倒壊や焼失なども考慮して避難するときに持ち出すべき最低限のもの。

品 名	チェック欄	品 名	チェック欄
非常食（乾パン、缶詰など）		上着	
飲料水		下着	
携帯ラジオ（予備の電池）		軍手	
懐中電灯（予備の電池・電球）		マスク、体温計	
ヘルメット（防災ずきん）		救急医薬品（キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬など）	
ライター（マッチ）		常備薬、おくすり手帳	
ナイフ、缶きり、栓抜き		貴重品（預貯金通帳、印鑑など）	
ティッシュ		現金	
タオル		健康保険証のコピー	
ビニール袋		携帯電話（モバイルバッテリー）	

家庭状況に応じて、
必要なものをプラス！

例) 乳幼児…紙おむつ・ほ乳瓶など
例) 高齢者…杖・介護用品、入れ歯・老眼鏡など
例) 体が不自由な方がいる場合…障害者手帳、杖など



【非常備蓄品】…復旧や物資の支援などが行き届くまでの間、自宅や避難所で自活するためのもの。

品 名	チェック欄	品 名	チェック欄
食品（缶詰、レトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品）		簡易食器（わりばし、紙皿、紙コップなど）	
食品（調味料、スープ・みそ汁など）		ラップ、アルミホイル	
食品（チョコレート、のどあめ、梅干など）		ウェットティッシュ、トイレットペーパー	
飲料水（1人当たり1日3ℓ）		燃料（卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベなど）	
携帯トイレ・簡易トイレ（1人当たり1日5回分）		使い捨てカイロ、新聞紙、裁縫セットなど	
毛布、タオルケット、寝袋など		予備のめがね、予備の補聴器など	
洗面用具（歯ブラシ、石けん、タオル、ドライシャンプーなど）		自転車	
鍋、やかん		工具類（ロープ、バール、スコップなど）	

要配慮者の方の食品備蓄

要配慮者へ対応した特殊食品は、家庭で平時から**少なくとも2週間分**を備蓄することが推奨されています。

例) 乳幼児・高齢者など：粉ミルク、やわらかいレトルト食品、とろみ調整食品、低カリウム食品など

例) **食物アレルギーの方**：アレルギー対応の粉ミルク・離乳食・非常食、食べ慣れた食品など

◇災害時には ・他者に**食物アレルギー**があることを伝える
・炊き出しや支援物資の内容（**アレルギーの有無**）を確認

補足

身近なものを使った代用の工夫例

新聞紙・・・ 敷き物、防寒衣 ラップ・・・ 包帯の代用として傷口に巻く
ビニール袋／ゴミ袋・・・ 雨がっぱ、防寒衣

外国人のための
減災のポイント(内閣府)



問合せ先： 藤枝市役所 総務部 危機管理センター
大規模災害対策課 TEL：054-643-3119 地域防災課 TEL：054-643-2110