

#そなえる防災

その2 ～「家庭内避難」と「家庭外避難」～

避難には「家庭内避難」と「家庭外避難」という違いがあります。

家庭内避難とは、在宅での避難を指し、日常備蓄しておいたものを利用し、自宅で避難生活を送ることです。家庭外避難とは自宅には住むことができず避難所暮らしになる場合をいいます。従って、家庭内避難と家庭外避難では、備蓄の考え方が全く違ってきます。

自宅が損傷したり焼失してしまった場合の家庭外避難では、命を守ることが最優先になり、必要最小限の物を持って避難することが精一杯です。いくら備蓄してあっても、それらを利用することは難しいので、家庭外避難に必要なのは、避難所まで持ち歩ける必要最小限のものを入れた「非常用持出袋」ということになります。必要最小限のものは個人によって異なりますから、お仕着せの物ではなく、自分の頭を使って生き延びるために必要な物を用意することが大切なのです。



○『非常用持出袋』(チェックリスト)

<input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 食品 (ご飯、レトルト食品等) <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 衣類・下着 <input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> 紐なしのズック靴 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 (手動充電式が便利) <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ (手動充電式が便利) <input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器 <input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく <input type="checkbox"/> 救急用品 (絆創膏、常備薬等) <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ブランケット	<input type="checkbox"/> 手袋 (軍手) <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ペン・ノート <hr/> 感染症対策にも有効です !! <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール <input type="checkbox"/> 石けん・ハンドソープ <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 体温計 <hr/> 一緒に持ち出そう !! <input type="checkbox"/> 貴重品 (通帳、マイナンバーカード等)
---	---

子どもがいる家庭の備え

<input type="checkbox"/> ミルク <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> 携帯カトラリー	<input type="checkbox"/> 子ども用紙おむつ <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> 携帯用おしり洗浄機 <input type="checkbox"/> ネックライト	<input type="checkbox"/> 抱っこひも <input type="checkbox"/> 子どもの靴
--	--	--

女性の備え

<input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> おりものシート	<input type="checkbox"/> サニタリーショーツ <input type="checkbox"/> 中身の見えないゴミ袋	<input type="checkbox"/> 防犯ブザー／ホイッスル
---	---	--------------------------------------

高齢者がいる家庭の備え

<input type="checkbox"/> 大人用紙おむつ <input type="checkbox"/> 杖 <input type="checkbox"/> 補聴器	<input type="checkbox"/> 介護食 <input type="checkbox"/> 入歯・洗浄剤 <input type="checkbox"/> 吸水パッド	<input type="checkbox"/> デリケートゾーンの洗浄剤 <input type="checkbox"/> 持病の薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳のコピー
--	---	---