



# 災害への備

いつ起こるか分からない災害から命や財産を守る

## 災害のために日頃からできること

### 防災ラジオの活用

防災行政無線から流れる情報を、自動で受信するラジオを配布しています。

申請：危機管理防災課窓口で  
自己負担金：3,000円

### 気象の変化に注意

これからの時期、急な気象変化や雷雨が発生することがあります。天気予報やインターネットの気象情報、市ホームページの「戸田市気象情報」を活用し、水害に備えましょう。

戸田市  
気象情報 ▶



### 防災訓練への参加

オンライン形式で防災知識を楽しく学ぶ「デジタル防災訓練」や、災害時におけるペットとの避難を想定した「ペット同行避難訓練」など、さまざまな訓練を毎年実施しています。



### 中学生防災士資格取得支援補助金の活用

市内在住の中学生を対象に、防災士資格の取得にかかる費用を全額補助します。

#### 防災士とは

防災に関する知識や技能を備え、社会の防災力を高める活動を行う日本防災士機構が認証する民間資格です。「助けられる側」から「助ける側」へ意識を変えてみませんか。



申し込み方法など詳しくはこちら



申請は  
12月19日(金)  
まで

### ローリングストック管理シート

買ったもの			
買った日	年	月	日
賞味期限	年	月	日
買い替える日	年	月	日

右の図をコピーまたは切り取ってご使用ください

# え、できていますか？



ために、一人ひとりの日頃の備えが大切です。

■ 問い合わせ  
危機管理防災課 (内線 453)

## 在宅避難<sup>①</sup>に備え、ローリングストック法<sup>②</sup>で<sup>②</sup>ローリングストック法とは… 備蓄品を準備しましょう

### ① 在宅避難とは…

災害発生時、自宅の倒壊などの危険性がない場合に、避難所ではなく自宅で避難生活を送る方法です。避難所よりもプライバシーが守られたり、好みの備蓄品で生活できたりするなどメリットがありますが、備蓄品などの準備が必要です。

賞味期限に合わせて定期的に古いものから消費し、その分を補充する循環型の備蓄方法です。災害時には電気・ガス・水道が止まることや、トイレの水を流せなくなる可能性があるため、日用品も備えましょう。



### 水

1人1日3リットル  
×3日分×人数分  
が目安です。  
家族分準備しまし  
ょう。



### モバイルバッテリー

災害時、停電が  
起きても、スマ  
ホなどを充電  
することができます。



### トイレ用品

1人1日約5回  
家族人数分  
×7日以上  
例：4人家族なら  
約140回分



以下をコピーまたは切り取ってご使用ください

## 在宅避難のための備蓄品チェックリスト

最低  
3日以上  
準備!

### 水・食料品

- 水 (1人1日3リットル×3日分×人数分)
- 食料品 (缶詰、レトルト食品など)



### 日用品

- |                                    |                                 |                                   |                                  |
|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋  | <input type="checkbox"/> 救急セット    | <input type="checkbox"/> カセットコンロ |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 歯磨きセット | <input type="checkbox"/> カイロ      | <input type="checkbox"/> カセットボンベ |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ     | <input type="checkbox"/> ポリ袋    | <input type="checkbox"/> LED ランタン | <input type="checkbox"/> 常備薬     |
| <input type="checkbox"/> 乾電池       | <input type="checkbox"/> タオル類   | <input type="checkbox"/> ラップ      | <input type="checkbox"/> 生理用品    |

### トイレ用品 7日以上

- 簡易トイレ
- 汚物保管用容器
- トイレ袋
- トイレットペーパー

### 乳幼児のいる家庭

- 紙おむつ
- おしりふき
- おやつ
- 哺乳瓶



### 要介護者のいる家庭

- 大人用紙おむつ
- 介護食
- 補助具などの予備



### ペットのいる家庭

- ペット用トイレシート
- ペットフード
- ケージ

