

地震への備えを だからこそ今、 いつ起きるか分からない

東日本大震災発生から13年。そして今年の1月1日には、令和6年能登半島地震が発生しました。

地震はいつ起きるか分かりません。今一度、自身や家族のため、災害への備えを見直してみませんか。

備蓄品はありますか？

大規模災害に備え、支援の本格化や、ライフラインの復旧までの間に不足しがちなものを備蓄します。

最低3~7日間を目安に備蓄する飲食料など

- 飲料水
- 缶詰
- レトルト食品
- 常備薬



飲食料の備蓄の目安=家族の人数×1日3食×7日(最低3日)
※飲料水は1人1日3ℓ程度。

電気やガス、水道などのインフラが使えない場合に備えておく物

- タオル・衣類
- 卓上コンロ
- ビニール袋
- モバイルバッテリー・ソーラーバッテリー
- 携帯トイレ
- 衛生用品(トイレットペーパー)など

携帯トイレの備蓄の目安=家族の人数×1日5回×7日
(1週間使用できない場合)



「グラリ」3分 一斉行動訓練にご参加を

訓練を通じて、地震時の身の守り方を改めて確認しましょう。

とき 3月11日(月)午後2時47分から3分間
(午後2時46分から1分間の黙とうを実施)

ところ あなたのいる場所。

最初の1分

身を守る
(シェイクアウト訓練)
「身を低くする」
「机の下に潜る」
「かばんで頭を覆う」など

次の1分

安全を確保する
(火災発生防止・
逃げ道確保などの訓練)
「こんろの火を消す」
「戸や窓を開ける」など

最後の1分

情報を得る
(情報収集の訓練)
「ラジオや
インターネットで
情報を収集する」など

※訓練で避難するときは、ブレーカーを落とす想定をしましょう。

市役所危機管理課危機対策係 ☎(260) 5728 FAX(261) 4592