

在宅避難のための必要な備え

①自宅の安全確認

防災マップ(津波)・ハザードマップ(高潮・土砂災害・河川浸水)などで事前に確認しておきましょう。



◀市HP

②耐震化・家具の固定

自宅の耐震化・家具の固定も大切な備えとなります。市が実施している無料でできる耐震診断や改修促進補助金の制度がありますので、ご利用ください。



◀市HP

③飲料水・食糧や生活必需品の確保

飲料水・食糧は最低3日分(できれば1週間分)を用意しましょう。コンタクトレンズ・常備薬などのご自身にとって必要なものなども忘れずに準備しておきましょう。



④ライフラインが使用できない時への備えを考えておく

電気・水道などのライフラインが使用できなくなることを想定した備えも必要です。特にトイレの心配をされている方のために、自宅のトイレを使った方法を次で紹介します。



在宅避難時のトイレの備え

電気、水道、下水道に異常が発生した場合、トイレを使うことに支障が出てしまいます。そんな時にできる自宅のトイレ対策を考えてみましょう。

はじめに

トイレの止水栓を止め、貯水タンクの水を流さないようにする。
※水を流してしまうと、臭いや虫が発生する原因となります。

- ①便座を上げてごみ袋をかぶせる(養生テープがあれば固定する)



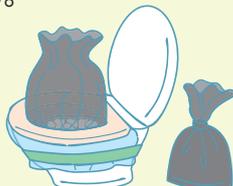
- ②便座を下ろしてもう1枚ごみ袋をかぶせ、水分を吸収するもの(新聞紙や使わない布など)をごみ袋の中に入れる。



- ③用を足し、市販の凝固剤や消臭剤があれば、上からかける。



- ④便座にかぶせたごみ袋を取り出し、空気を抜いてしっかり縛る。



- ⑤黒いごみ袋や防臭袋に入れて、ふたのついたごみ箱に入れて保管し、市の指示に従って処分する。



ストレスの少ない避難生活を送ることができるように、住み慣れた自宅在宅避難したいとお考えの方は、事前の備えをしっかりとっておくことが重要です。今日からできる防災への備えを始めましょう。

この在宅避難特集の他に、22ページ「ヘルシーナの健康応援ナビ」では、子どもと一緒に防災対策、26ページ「ねっちゃんの防災知恵袋」では、線状降水帯について、27ページ「Shutoのイヌ스타그램」では、ペットの防災対策を紹介していますのでぜひご覧ください。