

【北部地区版】

南陽市洪水・土砂災害 ハザードマップ

逃げ遅れゼロ!

令和元年度 東日本台風
下田橋周辺から見た最上川
令和元年10月

令和元年度作成
令和6年度更新

洪水時の避難について

大雨や洪水の危険性が高まった時!

お住まいの地域に想定される浸水深を確認し、取るべき避難行動を確認しましょう。

水位の目安

- 5.0m: 2階の軒下まで浸水する程度
- 3.0m: 2階の床下まで浸水する程度
- 0.5m: 1階の床下まで浸水する程度

浸水深と避難行動

- 5m以上の浸水: 全員避難
- 3m~5mまでの浸水: 全員避難
- 0.5m~3mまでの浸水: 立ち退き避難が望ましい
- 0.5m未満の浸水: 立ち退き避難が望ましい

安全な場所に立退き避難!
(避難所、親戚、友人等)
市からの避難情報にかかわらず安全な場所に速やかに避難してください。

自宅や近くの頑丈な建築物の2階以上に垂直避難!
逃げ遅れた場合や、外に出るとかえって危険を感じる場合は、

● 要配慮者への協力をお願いします。 ● 近所の方たちと助け合って避難しましょう。

土砂災害の危険と前兆現象

土石流

土石流は、多量の岩石や土砂が増水した水と共に流れ落ち、家屋や道路等押し流す災害です。

【前兆現象】

- 強い雨が降り続いていて川の水が異様に濁るとき
- 雨が降り続けているのに、河川の水位が急激に減少し始めたとき
- 地鳴り、山鳴りがするとき
- 異様な匂い(腐った土)においがあるとき 等々

がけ崩れ

がけ崩れは、傾斜が急な斜面から土砂が崩れ落ち、家屋や道路を押しつぶす災害です。

【前兆現象】

- 斜面に亀裂が出来たとき
- がけの上で地割れが出来たとき
- 小石等がばらばら落ちはじめたとき
- 地鳴りがするとき
- 斜面からの水吹き出しが始まったとき
- 樹木が傾くとき 等々

地滑り

地すべりは、斜面の滑りやすい層を境に地面全体がそのまますべりだし、家屋や道路などを押し出す災害です。

【前兆現象】

- 地面にひび割れが出来たとき
- 樹木や電柱が傾くなどしたとき
- 地面の一部が落ち込んだり、盛り上がりたりしたとき
- 池や井戸の水が急に減ったり濁ったりしたとき 等々

山形県 土砂災害警戒情報

山形県の【土砂災害危険度情報】【土砂災害にかかる気象情報】【雨量分布図】【土壌雨量指数】を確認できます。土砂災害によって生命や身体に危害を生じるおそれがあると認められる区域(土砂災害警戒区域)及び大雨により土砂災害の発生するおそれの高まっている地域の情報(土砂災害危険度情報)が提供されています。市民の早めの避難の判断に役立ててください。

土石流からの逃げ方

土石流の流れのスピードは速く、破壊力もあるため、大きな被害を及ぼします。逃げるときは流れの方向に対して直角に逃げましょう。

<https://sabo.pref.yamagata.jp/pc/Top.aspx>

情報の伝達経路と避難の呼びかけ

● 災害発生時には下図の流れで情報が伝達されます。

● 災害の危険度に応じて警戒レベルが発令されます。南陽市から【警戒レベル3・4】が発令された地域にお住まいの方は速やかに避難してください。

| 警戒レベル | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------|---------|------------------|-----------------------|----------|--------------|
| 避難情報 | | | 高齢者等避難 | 避難指示 | 緊急安全確保 |
| 住民がとるべき行動 | 災害への心構え | ハザードマップ等で避難行動を確認 | 高齢者等、避難に時間を要する人は避難 | 速やかに全員避難 | すでに災害が発生 |
| 警戒情報 | 早期注意情報 | 大雨注意情報 | 大雨警戒(土砂災害)・洪水警戒(土砂災害) | 土砂災害警戒情報 | 大雨特別警戒(土砂災害) |

● 緊急放送、警戒レベル4、避難開始。こちらは南陽市です。○川の水位が氾濫のおそれのある水位に到達したため、○地区に対して警戒レベル4、避難指示を発令しました。○地区の方は速やかにあらかじめ定められた避難行動、全員避難を開始してください。

警戒レベル4で全員避難!!

家の『マイ・タイムライン』をつくってみよう!

年 月 日 作成

『マイ・タイムライン』は水害のような発生の予想が立てられる災害に対し、自分自身がとる標準的な行動を時系列的にまとめた行動計画表です。台風による水害を例に「台風が発生」してから「川が氾濫する」までにとるべき行動のタイムラインを作りましょう。

① 次のア～カを、例などを参考にとるべき行動の欄に書き入れましょう。

ア. 安全なところへ避難を開始する。イ. 避難しやすい服装に着替える。ウ. 避難するときには持っていくものを準備する。エ. 今後の台風を調べ始める。オ. 川の水位を調べ始める。カ. 住んでいるところと上流の雨量を調べ始める

② そのほか、我が家に必要な備えを、家族と話し合いながら書きまじましょう。

③ 出来上がったマイ・タイムラインは定期的に確認するなどして適宜修正していきましょう。

| 時間 | 行政から発信される情報 水位等の状況に関する情報など | 周囲の状況 | とるべき行動(備え) | とるべき行動の例 |
|-------|---|-----------------|-----------------|---|
| 三日間前 | 台風予報 台風に関する都道府県の気象情報 | 台風が発生 | 台風が近づいて、雨や風が強まる | ・台風について調べる ・避難するときの物品の準備 |
| 二日間前 | 大雨注意報・洪水注意報 台風に関する今後の見通し | 台風が近づいて、雨や風が強まる | | ・テレビ、インターネット、携帯電話などで雨や川のの様子に注意 ・その他、雨や風が強まる前に行うべきこと |
| 一日前 | 大雨警報・洪水警報 | 雨が降って川の水かさが増える | | ・住んでいるところと上流の雨量を調べ始める ・川の水位を調べ始める ・ハザードマップで避難場所や避難手段を確認 ・避難しやすい服装に着替える |
| 半日前 | 水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 →氾濫注意情報発表 | 川の水があふれる寸前 | | ・携帯メールなどで避難指示を受信 ・安全なところへ移動を始める |
| 五分前 | 避難判断水位到達 →氾濫警戒情報発表 警戒レベル3 高齢者等避難 | 川の水位が上がる | | |
| 二時間前 | 氾濫危険水位到達 →氾濫危険情報発表 警戒レベル4 避難指示 | 川の水位が上がる | | |
| 災害発生時 | 氾濫が発生 警戒レベル5 緊急安全確保 | 川が氾濫 | | ・この時点で避難は完了している ・命の危険、直ちに安全確保 |

※洪水は、タイムラインどおりに進行するとは限りません。あくまで目安として、臨機応変に対応しましょう。

我が家の避難場所: _____ 災害時の連絡先: _____

洪水・土砂災害発生時の避難施設

● 指定緊急避難場所 ● 一時避難所 ● 福祉避難所 ● 要配慮者施設

| 指定緊急避難場所 | 一時避難所 | 福祉避難所 | 要配慮者施設 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------|---------|--------|-------|-------|---|-------|------|---------|--------|--------|---|-----|-----|----|-------|----------|---------|-----|-----|----|--------|--------|---|-------|------|---------|-------|-------|---------|---|-----|-----|----|-------|---|---|-------|---|---|------|--------|---------|-----------------|--------|---|-------|----------|---|-----|-----|----|------|----------|---|-----|-----|----|-------|--------|---|------------|--------|---------|--------|-----------|---|-----|--------|---------|---|-----|-----|----|---------------|-------|---------|--|-----|-----|----|-----------|--------|---|-----|-----|----|---------|-------|---|----------|-------|---|-------|------|---|
| <p>● 吉野地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>旧荻小学校</td><td>荻1033</td><td>—</td></tr> <tr><td>吉野公民館</td><td>荻876</td><td>41-2001</td></tr> <tr><td>旧小滝小学校</td><td>小滝1444</td><td>—</td></tr> </table> <p>● 金山地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>金山公民館</td><td>金山2054-1</td><td>47-2258</td></tr> </table> <p>● 中川地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>旧中川中学校</td><td>元中山163</td><td>—</td></tr> <tr><td>中川小学校</td><td>川樋25</td><td>49-2131</td></tr> <tr><td>中川公民館</td><td>川樋6-2</td><td>49-2343</td></tr> </table> | 施設名 | 所在地 | 電話 | 旧荻小学校 | 荻1033 | — | 吉野公民館 | 荻876 | 41-2001 | 旧小滝小学校 | 小滝1444 | — | 施設名 | 所在地 | 電話 | 金山公民館 | 金山2054-1 | 47-2258 | 施設名 | 所在地 | 電話 | 旧中川中学校 | 元中山163 | — | 中川小学校 | 川樋25 | 49-2131 | 中川公民館 | 川樋6-2 | 49-2343 | <p>● 吉野地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>新屋教会館</td><td>荻</td><td>—</td></tr> <tr><td>宮ノ下会館</td><td>荻</td><td>—</td></tr> <tr><td>下敷会館</td><td>荻477-6</td><td>41-2805</td></tr> <tr><td>旧J A山形おきたま吉野取次店</td><td>荻978-1</td><td>—</td></tr> <tr><td>太郎公民館</td><td>太郎1386-1</td><td>—</td></tr> </table> <p>● 金山地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>尾島会館</td><td>金山5580-1</td><td>—</td></tr> </table> <p>● 中川地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>川樋公民館</td><td>川樋1624</td><td>—</td></tr> <tr><td>川樋土地改良区事務所</td><td>川樋2429</td><td>49-2584</td></tr> <tr><td>小岩沢公民館</td><td>小岩沢1538-4</td><td>—</td></tr> <tr><td>永雲寺</td><td>元中山822</td><td>49-2407</td></tr> </table> | 施設名 | 所在地 | 電話 | 新屋教会館 | 荻 | — | 宮ノ下会館 | 荻 | — | 下敷会館 | 荻477-6 | 41-2805 | 旧J A山形おきたま吉野取次店 | 荻978-1 | — | 太郎公民館 | 太郎1386-1 | — | 施設名 | 所在地 | 電話 | 尾島会館 | 金山5580-1 | — | 施設名 | 所在地 | 電話 | 川樋公民館 | 川樋1624 | — | 川樋土地改良区事務所 | 川樋2429 | 49-2584 | 小岩沢公民館 | 小岩沢1538-4 | — | 永雲寺 | 元中山822 | 49-2407 | <p>● 福祉避難所</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>特別養護老人ホームこぶし荘</td><td>川樋508</td><td>49-2800</td></tr> </table> | 施設名 | 所在地 | 電話 | 特別養護老人ホームこぶし荘 | 川樋508 | 49-2800 | <p>● 要配慮者施設</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>吉野ふれあいプラザ</td><td>荻329-1</td><td>—</td></tr> </table> <p>● 中川地区</p> <table border="1"> <tr><th>施設名</th><th>所在地</th><th>電話</th></tr> <tr><td>GHこぶしの家</td><td>川樋508</td><td>—</td></tr> <tr><td>中川学童保育施設</td><td>川樋201</td><td>—</td></tr> <tr><td>中川小学校</td><td>川樋25</td><td>—</td></tr> </table> | 施設名 | 所在地 | 電話 | 吉野ふれあいプラザ | 荻329-1 | — | 施設名 | 所在地 | 電話 | GHこぶしの家 | 川樋508 | — | 中川学童保育施設 | 川樋201 | — | 中川小学校 | 川樋25 | — |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 旧荻小学校 | 荻1033 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 吉野公民館 | 荻876 | 41-2001 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 旧小滝小学校 | 小滝1444 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 金山公民館 | 金山2054-1 | 47-2258 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 旧中川中学校 | 元中山163 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中川小学校 | 川樋25 | 49-2131 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中川公民館 | 川樋6-2 | 49-2343 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 新屋教会館 | 荻 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 宮ノ下会館 | 荻 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 下敷会館 | 荻477-6 | 41-2805 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 旧J A山形おきたま吉野取次店 | 荻978-1 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 太郎公民館 | 太郎1386-1 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 尾島会館 | 金山5580-1 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 川樋公民館 | 川樋1624 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 川樋土地改良区事務所 | 川樋2429 | 49-2584 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 小岩沢公民館 | 小岩沢1538-4 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 永雲寺 | 元中山822 | 49-2407 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 特別養護老人ホームこぶし荘 | 川樋508 | 49-2800 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 吉野ふれあいプラザ | 荻329-1 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 施設名 | 所在地 | 電話 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| GHこぶしの家 | 川樋508 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中川学童保育施設 | 川樋201 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中川小学校 | 川樋25 | — | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

● ライフライン一覧

| 名称 | 所在地 | 電話 |
|-----------|------------------|---|
| 公共機関 | 南陽市役所(災害対策本部) | 南陽市三間通436-1 40-3211(代表) |
| 公共機関 | 南陽消防署 | 南陽市若狭郡屋917-10 119 |
| 公共機関 | 南陽警察署 | 南陽市栢塚1618 110 |
| 医療機関 | 公立置賜南陽病院 | 南陽市宮内1204 47-3000 |
| ライフライン(公) | 南陽市役所 市民課 | 南陽市三間通436-1 40-8256(直通) |
| ライフライン(公) | 南陽市役所 上下水道課 | 南陽市三間通466-15 40-8435(直通) |
| ライフライン | 東北電力ネットワーク株式会社 | 0120-175-366【停電・緊急時】 |
| ライフライン | NTT東日本 災害用伝言ダイヤル | https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/ 171 |

災害情報の入手先

● 防災行政無線の音声が届かなかった時は...

市内全域に設置されている防災行政無線ですが、住宅の気密性の向上や、風雨等の騒音、風向き等によって放送が聞こえにくい場合があります。音声が届かなかった場合はテレホンサービス【0238-40-3001】で放送の内容を確認できます。

● 山形県 河川・砂防情報

山形県の各地における、【気象警報・注意報】【洪水予報】【避難判断水位超過情報】【土砂災害警戒情報】等の各種警戒情報が一目で確認できるようになっています。

山形県河川・砂防情報
<http://www.kasen.pref.yamagata.jp/>
携帯電話用アドレス
<http://www.kasen.pref.yamagata.jp/mobile/>

● 国土交通省 気象庁

日本全国の【天気予報情報】【大雨・台風情報】【地震・火山情報】等が確認できます。また、【地域の情報】として山形県の災害履歴や気候特性の解説など、総合的な防災情報として利用できます。

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

● Yahoo! 防災速報

あらかじめ登録とエリア設定を行う事で、災害発生時等に各種【災害情報】【防災情報】【国民保護情報】設定エリア内の市町村からの災害に関するお知らせ等を携帯電話やスマートフォン、パソコンで受け取ることができる無料のプッシュ型防災速報アプリです。

<https://emg.yahoo.co.jp/>

● ラジオからの情報

災害時の情報入手手段としてラジオを活用してください。気象予報や災害情報、地域の情報(コミュニティFM)を聞くためにも、ぜひ準備しておきましょう。予備の電池も忘れずに。

● 南陽市よりのお知らせ

- 南陽市ホームページ <http://www.city.nanyo.yamagata.jp/>
- 南陽市公式 SNS
 - Facebook <https://www.facebook.com/city.nanyo/>
 - X https://x.com/bosai_nanyo/
 - 市公式防災LINE <https://www.city.nanyo.yamagata.jp/line/>

災害への備え

いざ避難!! あわてないために。

災害時にあわてず行動するには、普段からの準備が必要です。家族で話し合って、避難生活に必要なものを平常時から確認しておきましょう。また、避難所へ向かう際は、食料・飲料水・その他の身の回りに必要なものは自分で持っていくことが基本です。ローリングストック法(※)を活用し、食料や飲料水は最低でも3日分は備蓄しておくようにしましょう。(以下は一例です。)

※ローリングストック法とは、レトルト食品などの備蓄品をある程度の期間を決めて(例:三か月に一度など)定期的に消費し、消費した分だけ買い足すという備蓄方法です。

| | | | |
|---------------------------------|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> 現金・貴重品 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> ヘルメット 防災ずきん |
| <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋 | <input type="checkbox"/> 医薬品・生理用品 | <input type="checkbox"/> 食料品・飲料水 | <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ |
| <input type="checkbox"/> 衣類 | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ 割り箸 | <input type="checkbox"/> 携帯電話 モバイルバッテリー |

● 持ち出し品の注意点

- リュックサックなどにひとまとめにし、すぐ持ち出せるようにしましょう。
- 厚底の歩きやすい靴も、すぐ履けるよう靴紐を緩めて置いておきましょう。
- 男性は15キログラムまで、女性は10キログラムまでくらいが重量の目安です。
- 備蓄品の使用期限切れがないよう、定期的に点検しましょう。

準備できたらチェックしましょう。