

# さいがい そな 災害に備えよう！

がついつちは、ぼうさいひです。また、そのひを含むがつ30日からがついつかまでは、ぼうさいしゅうかんねんたいしゅうねんがついつちかんとうだいしんざいほっせい防災週間です。1923年(大正12年)9月1日に関東大震災が発生したこと、また、この時期は台風シーズンでもあることから9月1日が防災の日と定められました。ぼうさいひきがいさいがいかんがそな防災の日を機会に、災害について考えたり、備えたりしましょう。



にほんじしんこううたいふうさいがい たはつさいがい日本では、地震、豪雨、台風などの災害が多発しています。災害は、いつ、どこで起こるかわかりません。家族で食料・飲料などの備蓄は十分にあるか確認したり、あんびかくにんぼうほうしゅうごうばしょ集合場所などを話し合ったりしておくことが大切です。

だいきほさいがいほっせい大規模な災害が発生すると、ガス、電気、水道などが長期的に停止することも考えられます。カセットコンロや乾電池で使えるランプ、ペットボトルの水など、ガス、電気、水道の代わりとなるものを備えておくことと安心です。



みずびちくひとりにち 水の備蓄は一人1日3L

ひとりぶん 一人分 1週間だと 21L

みずいのちいじたいせつ 水は、命を維持するためにとても大切です。飲料水(調理用を含む)の備蓄は一人1日3Lが目安です。大規模災害発生時には、1週間分の備蓄が望ましいとされています。その他にも、トイレ用などの生活用水の備蓄も必要です。

がつふつか きん 9月2日(金)は さいがいじ そうていこんだて 災害時を想定した献立

きゅうしょくじつ たはん 給食室で炊いたご飯

ぎゅうにゅう 牛乳

うめぼ つくだに や 梅干し、佃煮、焼きのり

ぎふみそしる 岐福味噌汁

きりほだいこんに 切り干し大根の煮つけ

## さいがいじ ちようり つか にちようひん 災害時の調理に使える日用品

カセットコンロ・ガスボンベ

でんきやガスが復帰するまでの熱源になります。

ポリ袋

みすい ちようりなどに使えます。袋の中で食材を混ぜたり、ご飯も炊けます。

使い捨て食器

洗い物が減らせます。

ラップフィルム・アルミ箔

皿に敷くと、洗わずにくりかえし使えます。

キッチンばさみ・ピーラー

はつちよつ 包丁がわりに使えます。まな板がなくても大丈夫。

ウェットティッシュ

て ちようりきぐ 手や調理器具をふけます。

使い捨てポリエチレン手袋

しょくひん ちよせつふ ちようり 食品に直接触れずに調理ができます。てあら じゆうぶん 手洗いが十分にできないので、貴重な存在です。