



# ご家庭での備え

～これだけは準備しておこう!～

電気・ガス・水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存のきく食料などを備蓄しておきましょう。防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食品等を備えるようにしましょう。



- ※大規模災害時には「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。
- ※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。

日ごろから水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておくなど、備えをしておきましょう。

## ●防災グッズの準備

自宅が被災した場合は、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。

非常時に持ち出すべきものをあらかじめバッグに詰めておき、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。

⚠ 防災グッズは一次避難と二次避難、それぞれ分けて袋入りセットを用意するのがオススメです。



### 一次避難セット

家から一刻も早く  
持ち出すための「持ち出し用袋」



### 二次避難セット

避難所で生活するための  
「防災袋」

防災グッズの中身リストはシート裏面を確認!

## ●ご家族同士の安否確認方法

別の場所にいるときに災害発生した場合でもお互いの安否確認できるように、安否確認方法、集合場所を事前に話し合っておきましょう。災害時は携帯電話の回線が繋がりにくくなり、連絡が取れない場合もあります。その際は以下のサービスを利用しましょう。

### ☎ 災害用伝言ダイヤル

局番無しの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の番号を知っている家族などが伝言を再生できます。家庭電話、公衆電話、携帯電話、PHS、一部IP電話から利用可能。

### / 災害用伝言板

携帯電話やPHSからインターネットサービスを利用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが情報を閲覧できます。

## ●ゼビオ特設サイト

頻発する自然災害への備えは万全ですか？  
ゼビオ特設サイトで  
日頃から防災対策を見直して、  
最新の防災アイテムをチェックしておこう!

ゼビオ防災グッズ 特設ページ

URL <https://bit.ly/3qqvkZJ>

