

在宅避難と備蓄について



問 防災課
☎内線1683

©SHINOBU ARIGA

自宅の安全が確保されている場合は必ずしも避難所に避難する必要はありません。

市でも避難所での感染症対策を進めています。避難所での密集は感染のリスクとなります。また、避難所生活ではストレスから体調を崩すことがあることや、避難所のスペースや備蓄品には限りがありますので、**自宅が安全であれば、できる限り自宅で避難生活を送ることが望まれます。**そのためにも、できれば以下の備蓄を3日以上用意しましょう。

また、**親せき宅や友人宅に避難することも感染症防止の観点から有効です。**あらかじめ相談しておきましょう。
ただし、少しでも危険だと思ったら迷わず避難所へ避難しましょう。



備蓄品チェックリスト ※必要なものをリストにし、3日以上用意しましょう

飲料水・食料

- 1人1日3ℓの飲料水
- 家族の人数に合わせた非常用食料

【ローリング・ストック方式】

米、水、缶詰、レトルト食品など多めに購入し、使いながら買い足すことで、食品を無理なく備蓄できます。



食事用品

- 箸やスプーン、紙皿、紙コップ
- ラップ 缶切り カセットコンロ など

その他

ご家庭の状況により必要なものを記載しましょう。

(例)お薬手帳、粉ミルク、おむつ、ペット用品

- _____
- _____

貴重品

- 現金、通帳、キャッシュカード、印鑑
- 保険証、免許証 など

医薬品

- 常備薬 生理用品 など

生活用品

- 懐中電灯、ラジオ、携帯電話、充電器
- 眼鏡、マスク、軍手
- ティッシュ、ウエットティッシュ、除菌シート、タオル など

自宅の安全対策

- 自宅を安全な場所にするのが何よりの災害対策です。
- 自宅の耐震化や家具類の転倒・移動防止策を行いましょう。

適度な運動と規則正しい生活を！

- 「エコノミッククラス症候群」を予防するため、ストレッチや体操をこまめに行いましょう。

在宅避難でも、避難所に行きましょう。

- 支援物資を受け取るため、「避難者名簿」に記入しましょう。
- 避難に役立つ情報の収集をしましょう。

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました！

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ！宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1

「宝くじ公式サイト」を検索！メールアドレスの登録（仮登録）

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録（仮登録）します。

STEP2 会員情報の入力（会員登録）

- ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただく新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントを進めたい場合の手続きは以上で完了

宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。



STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および「口座情報」をお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります！

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。