

紀伊地区防災計画



令和7年1月作成
紀伊地区防災会

目次

はじめに

1 地区の概要

- (1) 地区の特徴 1
- (2) 地震・津波 2
- (3) 風水害 5
- (4) 洪水 8
- (5) 内水 9
- (6) 土砂災害 10
- (7) ため池 12

2 防災活動

- (1) 紀伊地区防災会規約 15
- (2) 平常時における防災活動 16
- (3) 中長期的な活動予定 17
- (4) 防災研修会の実施状況 18
- (5) 防災訓練の実施状況 19
- (6) その他の実施状況 21
- (7) 災害時における防災活動 22

3 資料編

- (1) 避難所・避難場所一覧 23
- (2) 自主避難所一覧 23
- (3) 福祉避難所一覧 24
- (4) 緊急時の連絡先・災害用伝言ダイヤル 25
- (5) 避難行動の考え方 26
- (6) 災害時の情報入手先 27
- (7) 紀伊地区防災士資格取得数（補助金利用） 28
- (8) 紀伊地区防災資機材リスト 28
- (9) 災害「備え」チェックリスト 29
- (10) 大規模災害発生時の安否確認表示について 30

1 地区の概要

(1) 地区の特徴

① 地区の範囲

宇田森、小豆島、上野、北、北野、田屋、西田井、弘西、府中

② 地区の社会特性

・人口:10,009人 ・世帯数:4,053世帯
(令和6年4月1日現在の国勢調査基準人口世帯数)

(2) 地震・津波

① 防災マップ 津波

防災マップ地震・津波編 直川・紀伊を参照

https://www.city.wakayama.wakayama.jp/_res/projects/default_project/page/001/036/436/menu_1/gyousei/sougobosai/bosaimap/page/jishin/09_jishin_map.pdf

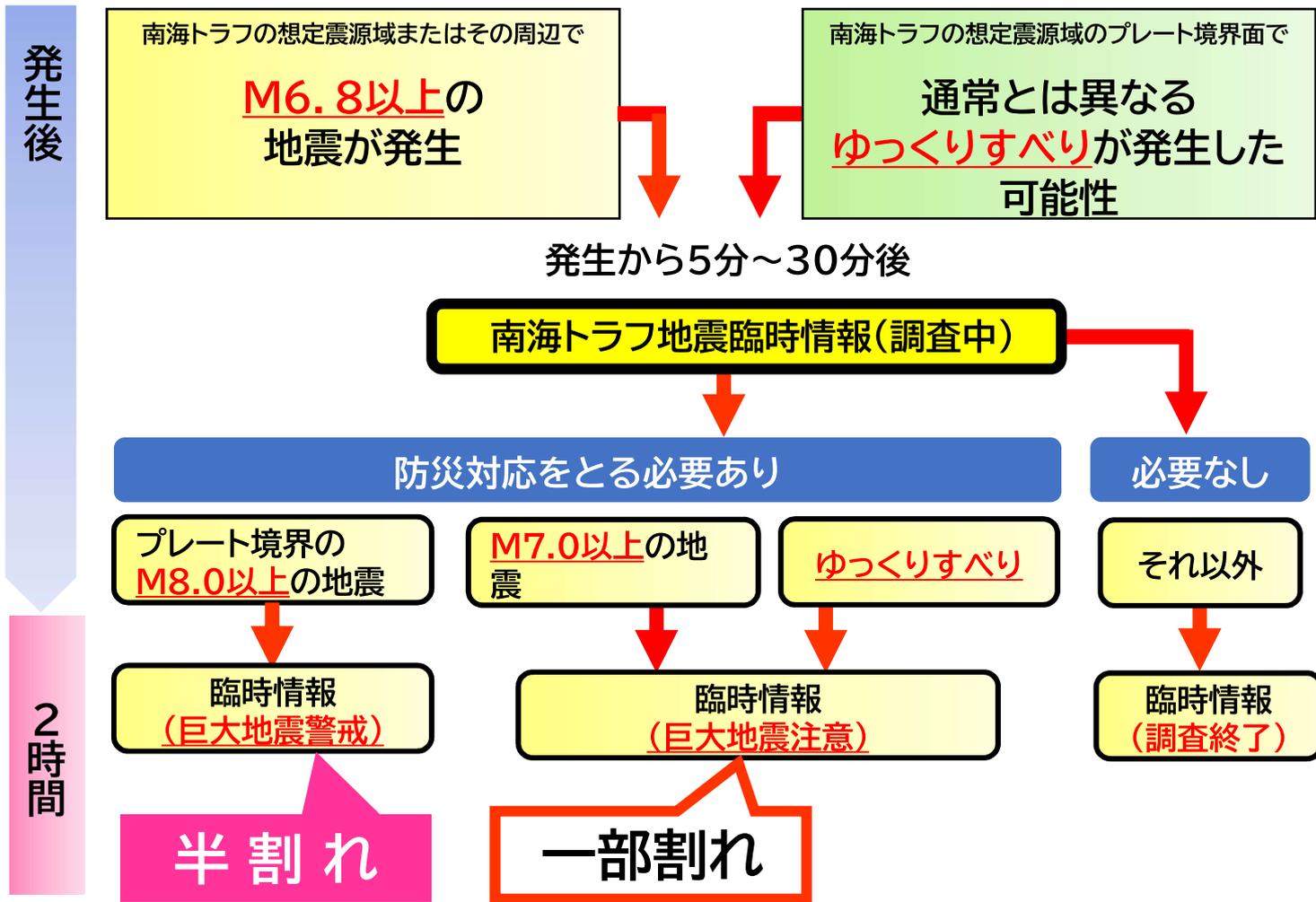
図1 紀伊地区防災マップ(津波)

③ 紀伊地区タイムライン（地震編）

※震度6弱以上を想定

	経過時間	一般的な出来事	住民	紀伊地区防災会
初動対応	発災直後	地震発生 建物倒壊、出火が始まる 停電、断水、ガスが止まる	安全確保	安全確保
	1時間まで	避難所開設 救命救急活動 火災が拡大 二次災害の呼びかけ	一時避難	地区防災本部設置 情報収集 安否確認 要配慮者支援
応急対応	6時間まで	被害の中心地や範囲が判明	安全な場所へ避難する	避難所開設支援
	1日まで	物資の配布 自衛隊が到着	避難所を運営する	避難所運営体制の 構築 備蓄の配付
	3日まで	広域火災が鎮火、停電解消 ボランティア支援開始 生き埋めなどの生存低下		在宅避難者の把握
復旧期	2週間まで	行方不明者の搜索完了 仮設住宅の建設 水道やガスの復旧		
復興期	1か月後	罹災証明発行 仮設住宅入居開始		

南海トラフ地震臨時情報フロー図



南海トラフ地震臨時情報が発表されたら！

地震発生からの目安	南海トラフ地震臨時情報		
	巨大地震警戒	巨大地震注意	調査終了
～1週間	<ul style="list-style-type: none"> 日頃からの地震への備えの再確認 事前避難の検討 	<ul style="list-style-type: none"> 日頃からの地震への備えの再確認 	
～2週間	<ul style="list-style-type: none"> 日頃からの地震への備えの再確認 		
2週間～	地震の発生に注意しながら通常の生活を行う		

日頃からの備えのポイント！

- ・防災ハザードマップで災害リスクや避難場所等の確認
- ・家庭における備蓄品(飲料水・食料・日用品等)の確認
- ・地震の揺れへの対策(家具の固定・住宅の耐震化等)
- ・防災情報の収集手段の確認(防災情報メール等)

(3) 風水害

① 防災マップ 風水害編

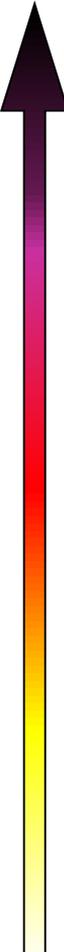
浸水する想定である。

防災マップ°風水害編 直川・紀伊を参照

https://www.city.wakayama.wakayama.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/049/769/menu_1/gyousei/sougo_bosai/bosaimap/page/fusuigai/09_fusuigai_map.pdf

図9 紀伊地区防災マップ（風水害）

② 紀伊地区タイムライン（水害版）



警戒 レベル	気象庁が発表	行政	住民	紀伊地区防災会
5	大雨特別警報 氾濫発生情報	緊急安全確保	命の危険が迫っているため、今いる場所よりも安全な場所へ直ちに避難する	
4	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 高潮警報	避難指示	近くの避難所や自宅の上階へ避難開始	支部や避難所と連携し、必要な支援を行う
3	大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報	高齢者等避難	要配慮者とその支援者は近くの避難所や自宅の安全な場所へ避難開始	
2	大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報		テレビやラジオ等で気象情報に注意する	インターネット等で情報を収集する
1	早期警戒情報			テレビやラジオ等で気象情報に注意する

③ 大雨時の避難行動

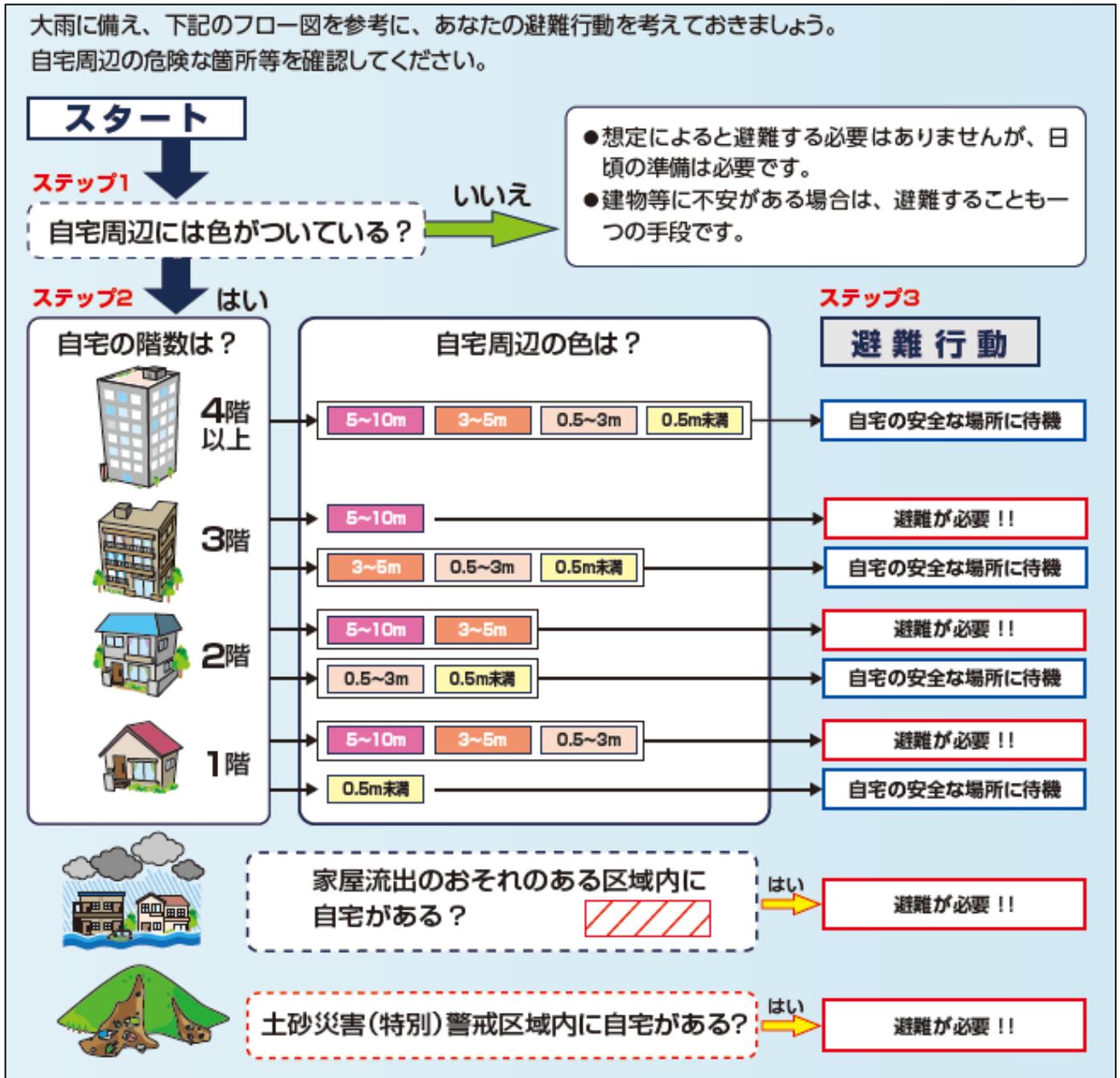


図10 大雨時の避難行動判断フロー図

(4) 洪水

洪水ハザードマップ

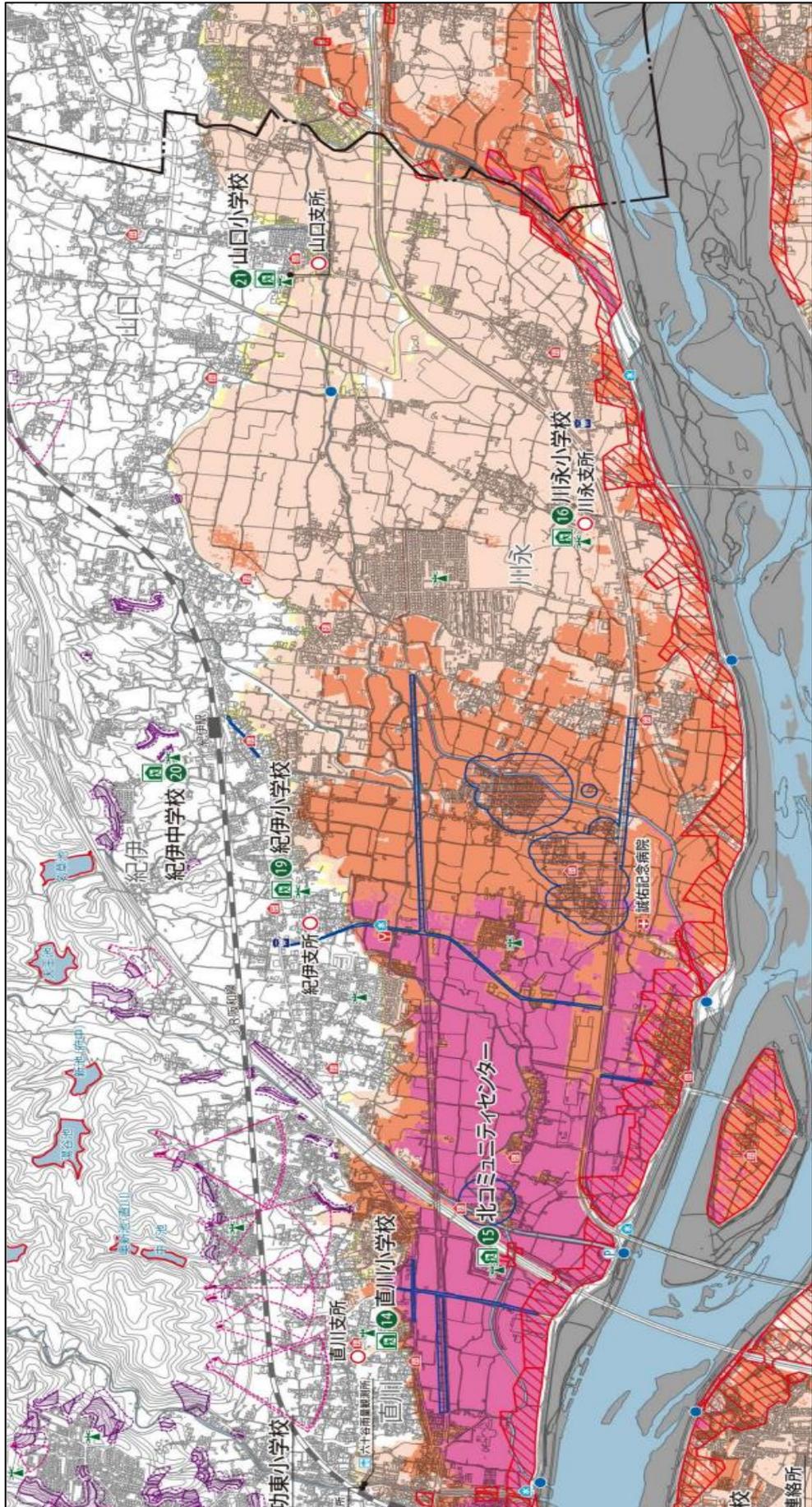


図 1 1 紀伊地区防災マップ（洪水）

(6) 土砂災害

土砂災害ハザードマップ

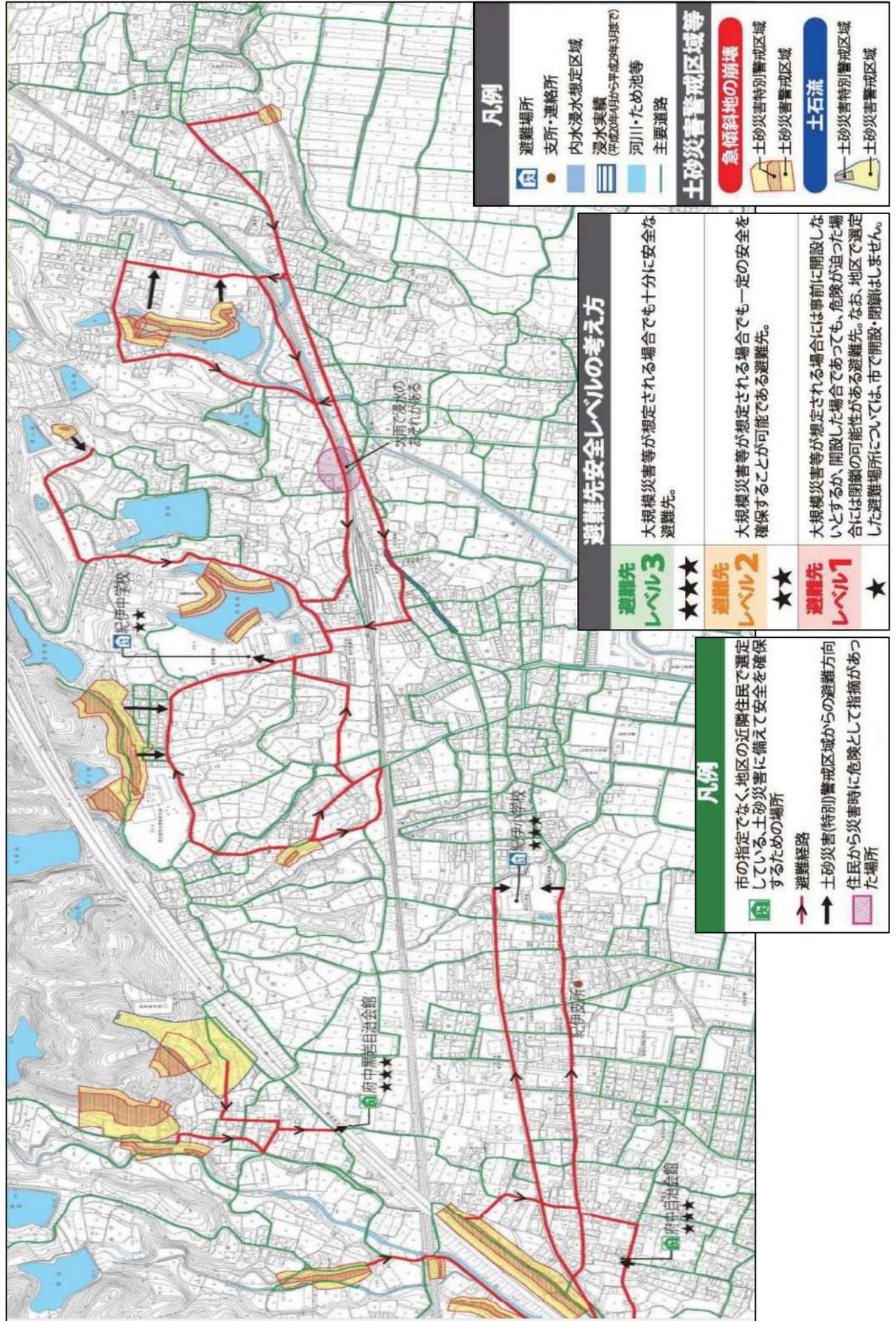


図 1 3 紀伊地区防災マップ (土砂災害)

④ 土砂災害に備えた行動

あなたのとるべき行動は！

Actions you should take

你应当采取的行動! 당신이 취해야 할 행동은!

情報収集



警報発令

避難準備



避難開始



土砂災害の種類

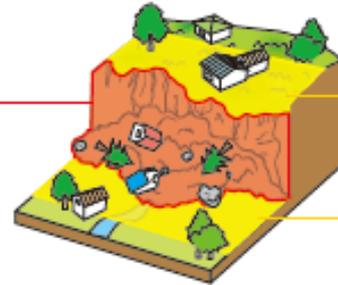


Types of landslide disasters 泥沙災害的种类 토사 재해의 종류

大雨や台風、地震が起きたときには、地盤がゆるみ、がけ崩れや土石流、地すべりといった土砂災害を引き起こす可能性があります。

がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)

土砂災害特別警戒区域

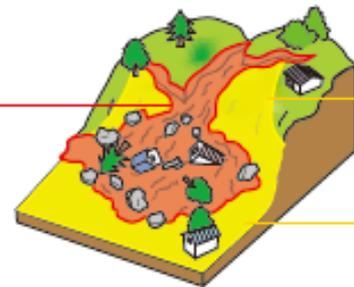


土砂災害警戒区域

地面にしみ込んだ水分により、急な斜面が突然崩れ落ちる現象です。突然起きるため、家の付近で起きると逃げ遅れる人も多く、死者の割合も高くなります。

土石流

土砂災害特別警戒区域

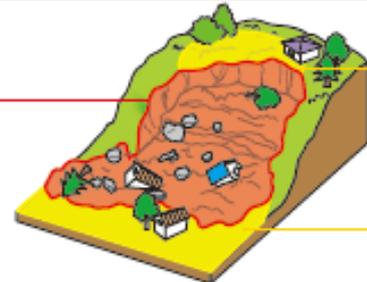


土砂災害警戒区域

長雨や集中豪雨などによって、山や川の石と砂が水と一体となって一気に下流へ押し流される現象です。

地すべり

土砂災害特別警戒区域

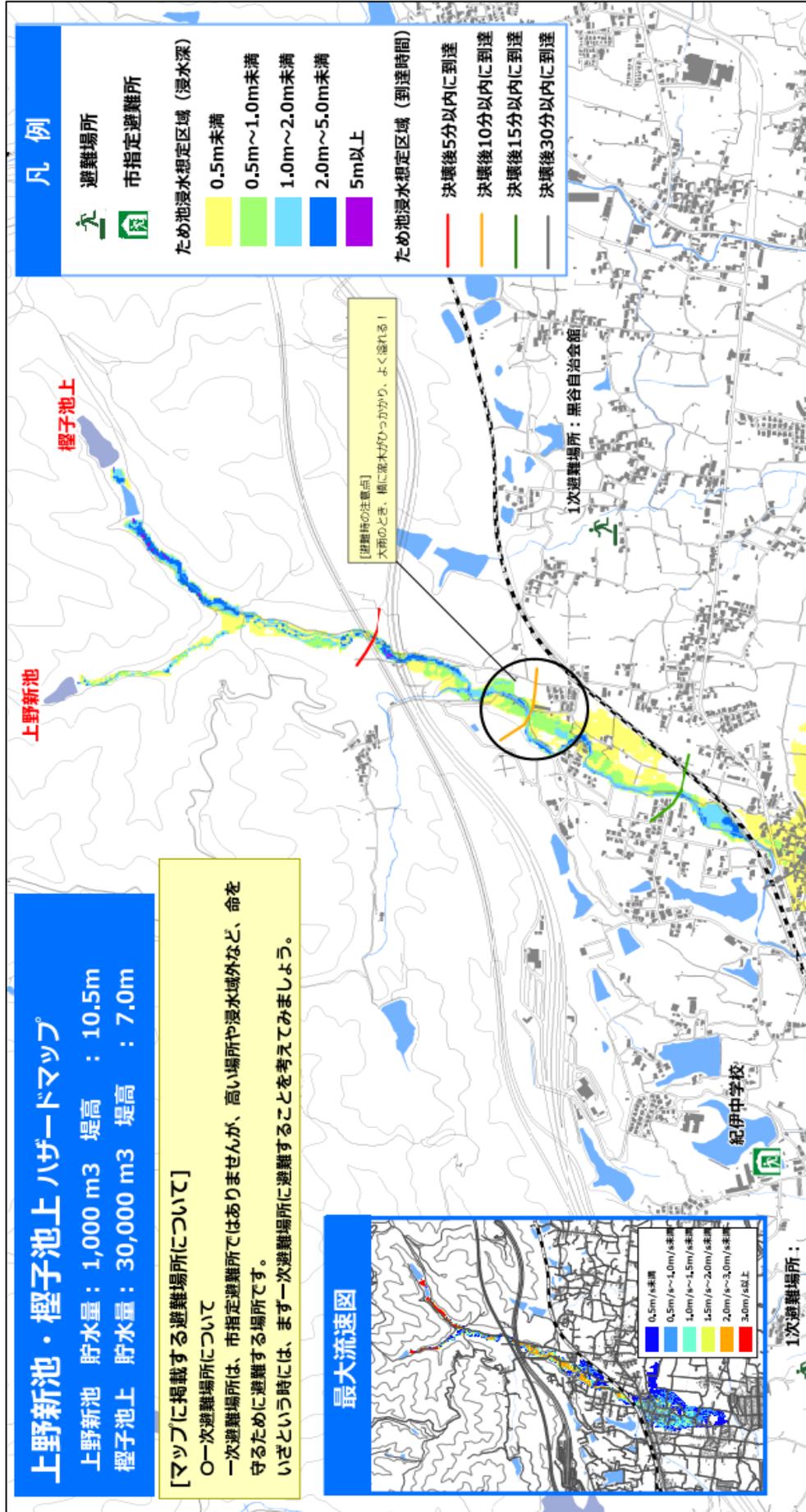


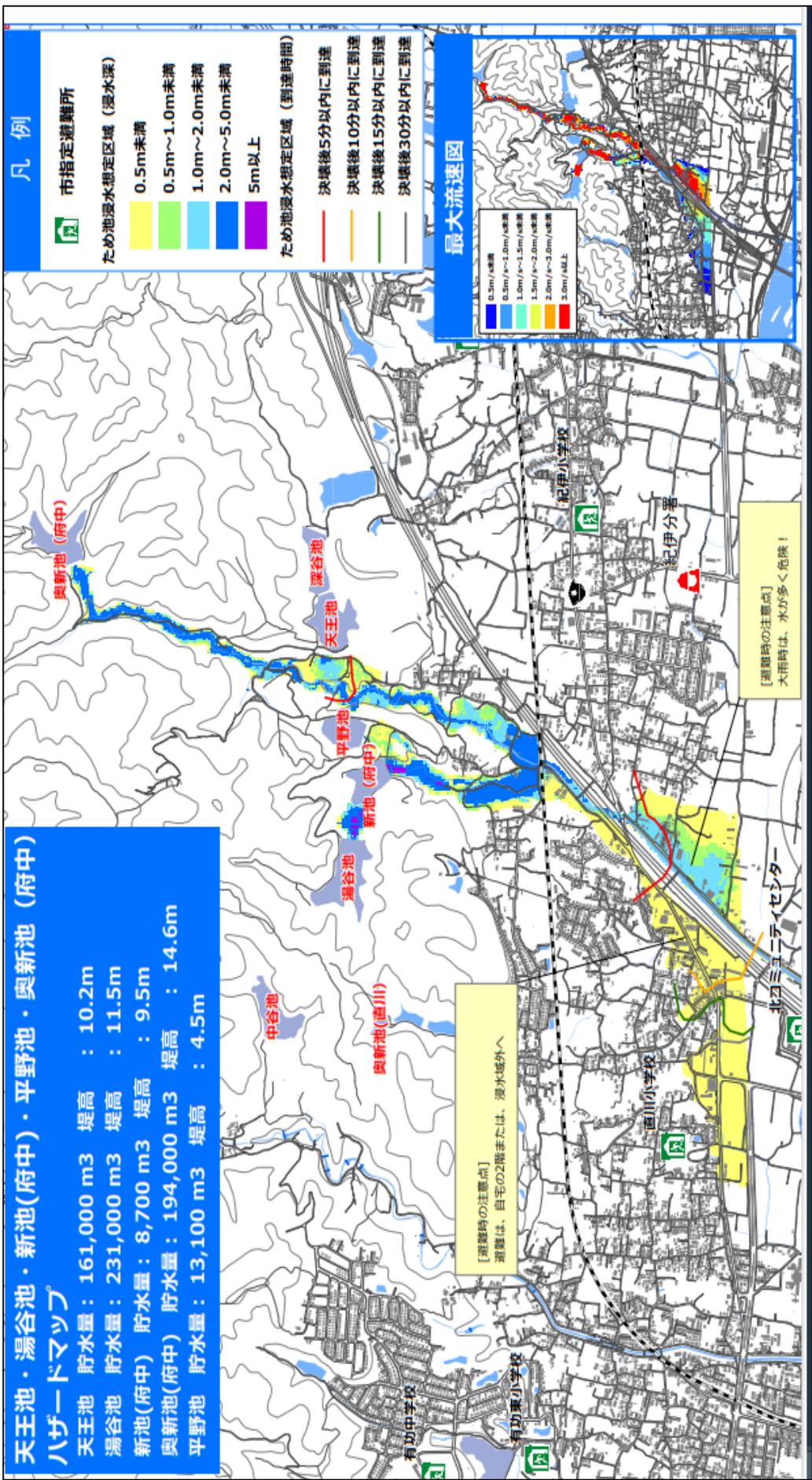
土砂災害警戒区域

大雨や長雨等により雨水が地面にしみ込み、水の力によって持ち上げられた地面が広い範囲にわたりゆっくりと動きだすものをいいます。

図14 とるべき行動と土砂災害の種類

(7) ため池ハザードマップ





天王池・湯谷池・新池(府中)・平野池・奥新池(府中)
ハザードマップ

天王池	貯水量：161,000 m ³	堤高：10.2m
湯谷池	貯水量：231,000 m ³	堤高：11.5m
新池(府中)	貯水量：8,700 m ³	堤高：9.5m
奥新池(府中)	貯水量：194,000 m ³	堤高：14.6m
平野池	貯水量：13,100 m ³	堤高：4.5m

凡例

 市指定避難所

ため池浸水想定区域 (浸水深)

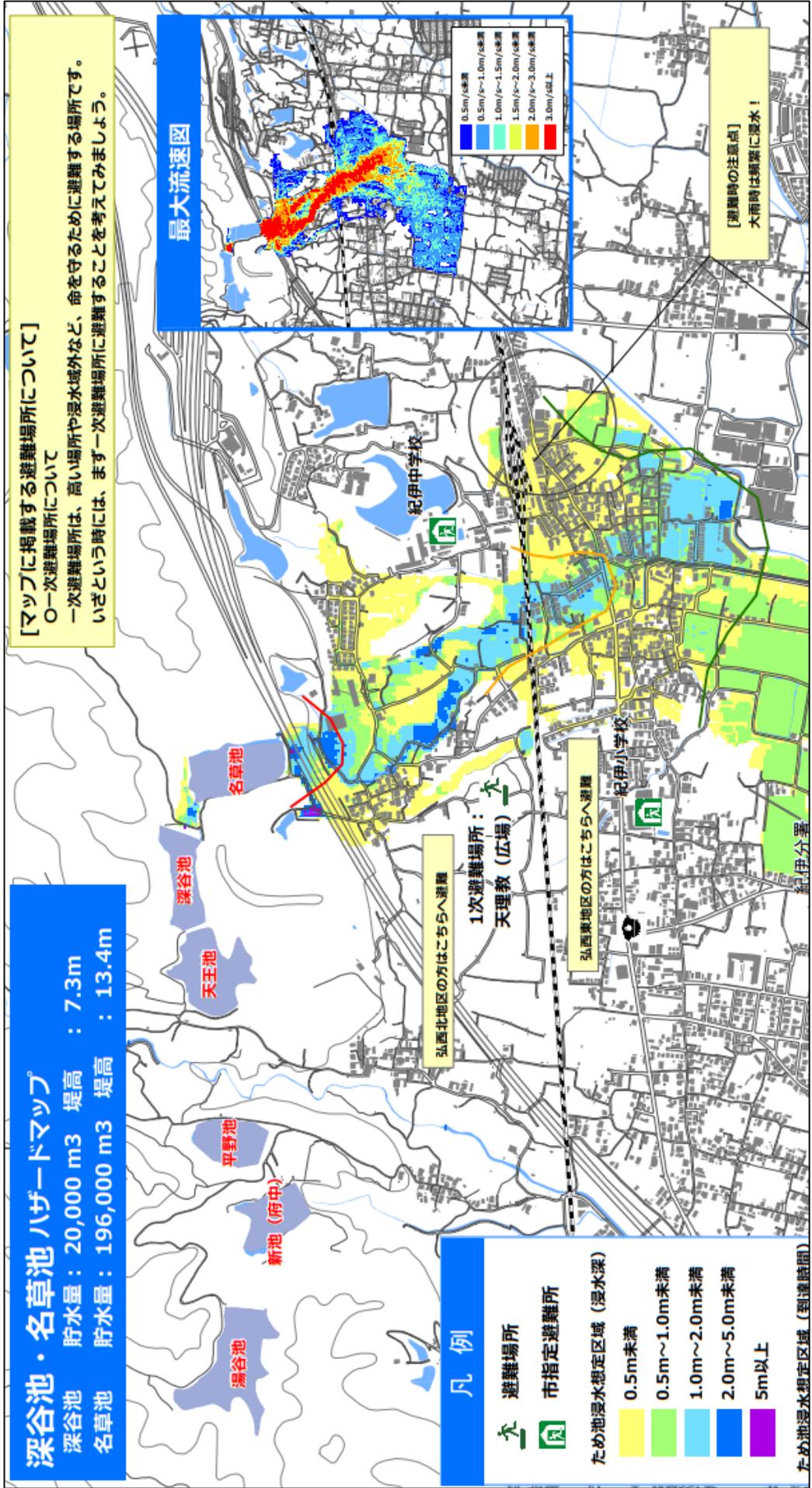
	0.5m未満
	0.5m~1.0m未満
	1.0m~2.0m未満
	2.0m~5.0m未満
	5m以上

ため池浸水想定区域 (到達時間)

	決壊後5分以内に到達
	決壊後10分以内に到達
	決壊後15分以内に到達
	決壊後30分以内に到達

最大流速図

	0.5m/s未満
	0.5m/s~1.0m/s未満
	1.0m/s~1.5m/s未満
	1.5m/s~2.0m/s未満
	2.0m/s~3.0m/s未満
	3.0m/s以上

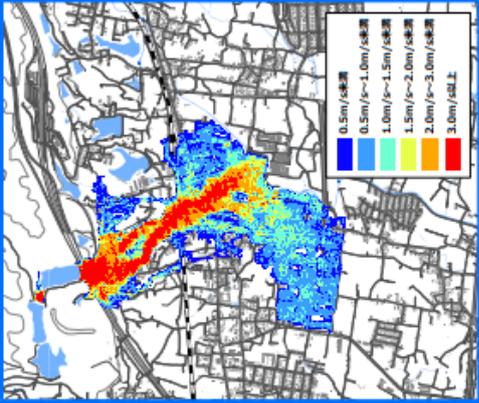


深谷池・名草池 ハザードマップ

深谷池 貯水量：20,000 m³ 堤高：7.3m
 名草池 貯水量：196,000 m³ 堤高：13.4m

【マップに掲載する避難場所について】
 ○一次避難場所について
 一次避難場所は、高い場所や浸水域外など、命を守るために避難する場所です。
 いざという時には、まず一次避難場所に避難することを考えてみましょう。

最大流速図



【避難時の注意点】
 大雨時は黄帯に浸水！

凡例

- 避難場所
- 市指定避難所
- ため池浸水想定区域（浸水深）
 - 0.5m未満
 - 0.5m～1.0m未満
 - 1.0m～2.0m未満
 - 2.0m～5.0m未満
 - 5m以上
- ため池浸水想定区域（到達時間）

弘西北地区の方はこちらへ避難
 1次避難場所：
 天理教（広場）
 弘西東地区の方はこちらへ避難

2 防災活動

(紀伊地区防災会規約)

(名称)

第1条 この自主防災組織の名称は、紀伊地区防災会(以下「防災会」という。)と称する。

(目的)

第2条 防災会は、災害対策基本法及び和歌山市地域防災計画の規定により、自主的な防災活動を行い、災害(地震その他)による被害の防止及び軽減を図ることを目的とする。

(防災会の構成)

第3条 防災会は、紀伊地区連合自治会の単位自治会長(以下「会員」という。)をもって構成する。

2 防災会は必要に応じ、広報部、防火部、救出部、救護部、避難誘導部及び給食給水部を置くことができる。

(事業)

第4条 防災会は、第2条の目的を達成するため、次の事業を行う。

- (1)防災に関する知識の普及に関すること。
- (2)災害発生時における情報収集・伝達及び避難誘導に関すること。
- (3)防災資機材の備蓄に関すること。

(役員)

第5条 防災会に会長1名及び副会長2名と第3条2項による各部に部長を置く。

2 会長には、紀伊地区連合自治会長の職にある者、副会長には紀伊地区連合自治会副会長の職にある者を充てる。

3 部長には、会員の中から防災会の同意を得て会長が任命する。

(役員の仕事)

第6条 会長は、防災会を代表し、災害発生時には、応急対策の指揮をとる。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときは、その仕事を行う。

3 部長は、担当部の仕事遂行及び処理を行う。

(会議)

第7条 防災会の会議は、紀伊地区連合自治会の会議に併せて開くことができる。

(防災計画)

第8条 防災会は、災害による被害の防止及び軽減を図るため、必要に応じ防災計画を作成する。

2 防災計画は次の事項とする。

- (1)防災組織の編成及び仕事分担に関すること。
- (2)防災知識の普及に関すること。
- (3)防災訓練の実施に関すること。
- (4)災害発生時における情報収集、伝達、及び避難誘導に関すること。
- (5)その他必要とする事項。

(雑測)

第9条 この規約に定めない事項で、防災会の運営に必要な事項は、会長が会員に諮り定める。

附 則

この規約は、平成11年7月30日から施行する。

(2) 平常時における防災活動

項目	具体的内容	実施時期
防災訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1 HUG(避難所運営ゲーム)を実施して避難所運営について理解を深める。 2 現地現物を利用した避難所レイアウト訓練を実施する。 3 避難所受付訓練などを実施する。 	
防災講座	和歌山市職員出前講座で「和歌山市の災害と防災対策」及び「マイタイムラインを作ろう～風水害に備えて～」を受講する。	
災害への備え	<ul style="list-style-type: none"> ・行政と連携し、住宅の耐震化・家具の固定や配置の重要性を周知するとともに、個人宅での備蓄を推奨する。 ・避難先や避難経路について家族と話し合う重要性を周知する。 	
安全点検	<ul style="list-style-type: none"> ・地区内の危険個所を確認するために、まち歩きを実施する。 ・防災資機材の定期点検を行う。 	
要配慮者支援体制の整備	地区居住者と要配慮者が顔の見える関係を形成し、災害発生時に迅速に避難できるように、必要に応じて防災訓練の内容を考える。	

(3) 中長期的な活動予定

課 題	内 容	達成目標・ 時期
担い手の育成	和歌山県主催の防災士育成研修(紀の国防災人づくり塾)へ参加する。	
災害時協力 井戸の普及	災害時に水道が機能しなくなった場合に備え、生活用水を確保するために、協力井戸の周知・登録を呼びかける。	
マイタイムラインの普及	風水害時の避難に備えマイタイムラインの作成支援を行う。 ※マイタイムラインとは、避難に備え「いつ」、「何をするのか」を時系列に沿って決めておく防災行動計画のことです。	
地区内各種団体との協力・ 連携	消防団や連絡所と災害時の役割を決めておく。	

(4) 防災研修会の実施状況

項目	具体的内容	実施時期
防災研修会	1 項目: 防災講座 4 参加人数: 10名 2 場所: 上野自治会館 3 主催: 上野自治会	平成31年 7月28日 10時~11時
	1 項目: 防災講座 4: 参加人数 17名 2 場所: 北野自治会館 3 主催: 北野婦人会・紀伊生活学校	令和2年 12月5日 10時~11時
	1 項目: 防災講座 4: 参加人数 26名 2 場所: 上野会館 3 主催: 上野自治会	令和4年 6月19日 13時~14時

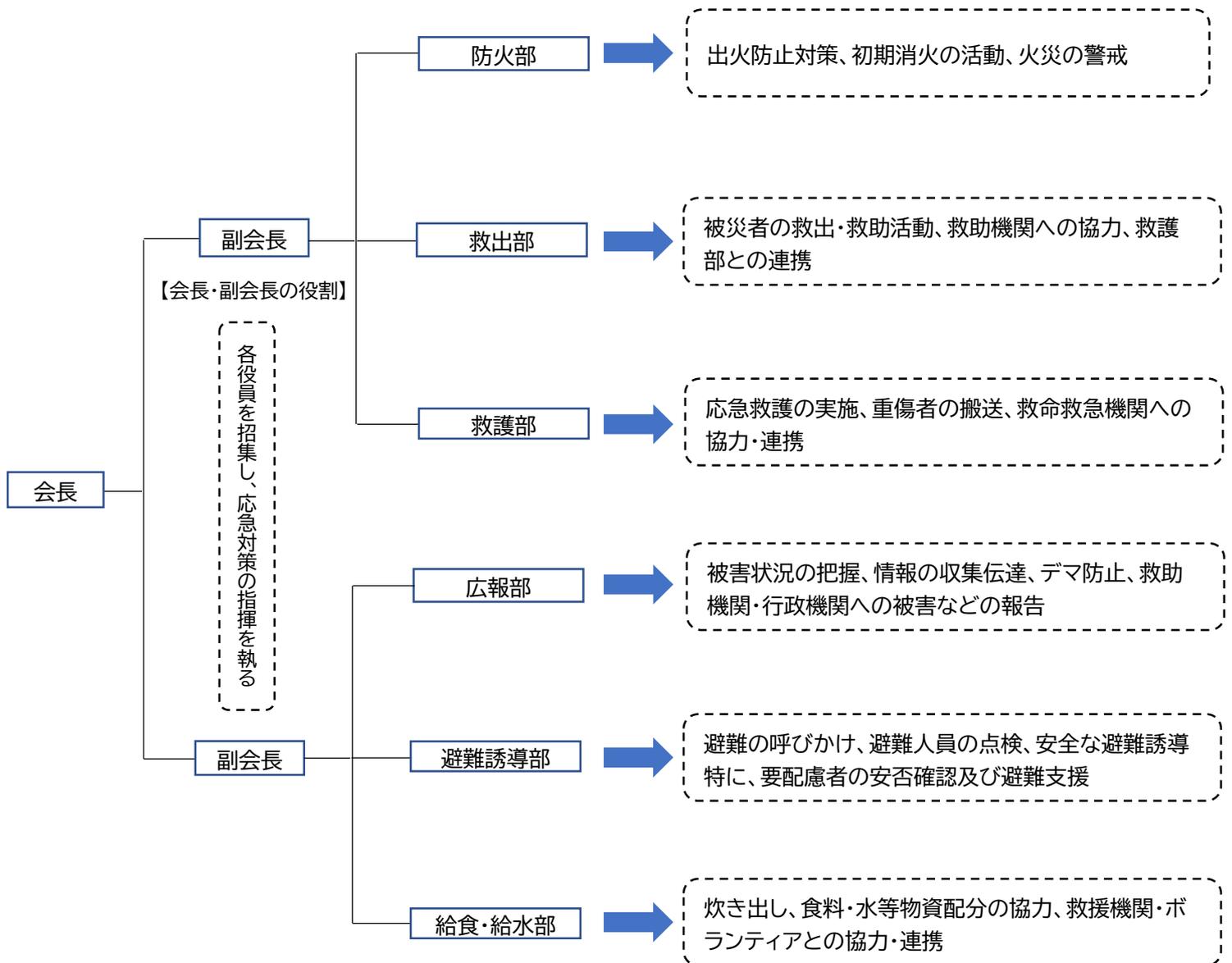
(5) 防災訓練の実施状況

項目	具体的内容	実施時期
防災訓練	(弘西東自治会) 初期消火訓練、避難経路確認 参加者約145人 ※ 消火器6本購入	平成26年
	(上野自治会) テント設営・初期消火・救急救護訓練 参加者約120人 ※ 乾パン60食×2箱 計120食購入	平成26年
	(府中自治会) 初期消火・救急救護・地震体験訓練等 参加者約140人 ※ 飲料水(24本入り)×7箱 計168本	平成26年
	(小豆島自治会) 避難誘導訓練 参加者約15人 ※ 単二乾電池(2個付き×40個)計80個購入	平成26年
	(弘西東自治会) テント設営訓練・資機材展示・煙体験 参加者約200人 ※ チェーンソー1台、オレゴンチェーン1個購入	平成28年
	(上野自治会) テント設営・消火・負傷者搬送訓練等 参加者約150人 ※ 折り畳みリヤカー1台購入	平成28年
	(府中自治会) 消火・地震体験訓練等 参加者約200人 ※ 飲料水168本購入	平成28年
	(弘西東自治会) 煙体験・初期消火・発電機操作・救急搬送訓練 参加者約265人※ 発電機1台購入	平成29年
	(上野自治会) 初期消火・テント設営・救急搬送訓練 参加者約120人 ※ 消火器4本、消火器格納箱4個購入	平成29年

項目	具体的内容	実施時期
防災訓練	(府中自治会) 初期消火・地震体験・物資配給訓練、防災講座受講 参加者約100人 ※ 飲料水(500ml)×168本	平成29年
	防災研修・初期消火訓練・非常食体験及び地震車体験、 安否非常用タオルを使用した訓練、煙体験、車椅子の取り 扱い訓練 参加者約416人 ※ 乾パン180食、LEDスタンドライト・設置アダプター	平成30年
	(弘西東自治会) 煙体験・救命救急講習 参加者約259人 ※ 救急用品セット(多人数タイプ)	令和元年
	(府中自治会) 防災研修・非常食体験・消火訓練 参加者約190人 ※ 乾パン(60食×3個)	令和元年
	(上野自治会) 避難訓練・AED講習・救急訓練 参加者約140人 ※ プッシュアップタープ2個、ステンレスキーパー1個、 クーラーボックス9L 1個	令和元年

(7) 災害時における防災活動

【各部災害発生時の役割】



※ 上記のほか、市民用避難所運営マニュアルに基づき避難所運営を行う。

【初動期】 災害発生直後～3日程度

市職員(避難所運営員)を中心に避難所の開設:初動期は市職員の指示のもとで互いに協力する。

【展開期】 災害3日～1週間程度

- ・地域住民による避難所運営組織の形成:住民がお互いに協力し合い自主的な運営体制を確立する。
- ・市職員や施設管理者は後方支援することにより円滑な避難所運営を図る。

【安定期】 1週間～2週間

運営は、展開期と同じ。市職員及び施設管理者の支援のもとで管理・運営を行う。

【撤収期】 2週間～3か月程度

- ・閉鎖の判断は、避難所運営本部・避難所運営員・施設管理者が協議して決定する。
- ・避難所の閉鎖は、原則全避難者が退所した時点とする。

3 資料編

(1) 避難所・避難場所一覧

区分	所在地(電話)	指定区分	避難先 安全レベル
紀伊小学校	弘西321 TEL 073-461-0207 FAX 073-461-0275	・ 避難所 ・ 避難場所	・ 津波3 ・ 洪水3 ・ 土砂3
紀伊中学校	北野544-1 TEL 073-461-0035 FAX 073-461-4313	・ 避難所 ・ 避難場所	・ 津波3 ・ 洪水3 ・ 土砂3
弘西公園	弘西920-2	・ 避難場所	・ 津波3
上野公園	上野873-3 上野88-1	・ 避難場所	・ 津波3
鴨井川団地公園	北101-17	・ 避難場所	・ 津波3
県営紀伊団地	弘西1042-8	津波・洪水避難ビル	・ 津波3 ・ 洪水3

(2) 自主避難所一覧

施設名	所在地
府中自治会館	府中
府中黒岩自治会館	府中1424-1

(3) 福祉避難所一覧

施設名	所在地(電話)	受入対象者
介護付き住宅 みのり紀伊	弘西571 TEL 073-464-4088	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 肢体不自由者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者 ・ 精神障がい者 ・ 知的障がい者
特別養護老人 ホーム 紀伊てまり苑	西田井224 TEL 073-462-6020	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 肢体不自由者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者
特別養護老人 ホーム 喜成会	北野128 TEL 073-462-3033	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者
特別養護老人 ホーム 喜和の郷	北野572-1 TEL 073-462-7000	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者
高齢者総合ケア センター みらい	北野118-2 TEL 073-462-1165	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者

施設名	所在地(電話)	受入対象者
ケアハウス 黎明の里	北野669-1 TEL 073-462-6968	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 肢体不自由者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者 ・ 知的障がい者
介護老人保健施設 紀伊の里	宇田森275-10 TEL 073-461-8888	<ul style="list-style-type: none"> ・ 要介護者 ・ 聴覚障がい者 ・ 視覚障がい者

(4) 緊急時の連絡先・災害用伝言ダイヤル

□ 緊急時の連絡先

行政機関	和歌山市消防局	073-422-0119	ライフライン	和歌山市企業局	073-435-1124
	和歌山県警察本部	073-423-0110		関西電力(株)電気設備に関する お問合わせ(停電等)	0800-777-3081
	和歌山市耕地課	073-435-1051		西日本旅客鉄道(株)お客様センター	0570-00-2486
	和歌山市総合防災課	073-435-1199		【電話】会社名：	
公共医療機関				【ガス】会社名：	
			その他		

※【電話】・【ガス】は契約会社に確認して記入してください。

□ 災害用伝言ダイヤル(171)

災害用伝言ダイヤル(171)は、「声の伝言板」(安否情報)の役割をする電話サービスです。被災地内とその他の地域の人々との間で、伝言の録音・再生をすることができます。

「171」をダイヤルし、ガイダンスに従って伝言の録音・再生をしてください。

伝言の録音	1 7 1 + 1 +	被災地の人の電話番号 (市外局番から)	→	録音
伝言の再生	1 7 1 + 2 +	被災地の人の電話番号 (市外局番から)	→	再生

(5) 避難行動の考え方



ひなん
「避難」って
何すれば
いいの？

小中学校や公民館に行くことだけ
が避難ではありません。
「避難」とは「難」を「避」けること。
下の4つの行動があります。



行政が指定した避難場所 への立退き避難

自ら携行するもの
・マスク
・消毒液
・体温計
・スリッパ 等

小・中学校
公民館

安全な親戚・知人宅 への立退き避難

普段から災害時に避難
することを相談して
おきましょう。

※ハザードマップで安全か
どうかを確認しましょう。

親戚・知人宅

普段から
どう行動するか
決めておき
ましょう

安全なホテル・旅館 への立退き避難

通常の宿泊料が必要
です。事前に予約・
確認しましょう。

※ハザードマップで安全か
どうかを確認しましょう。

ホテル
旅館

屋内安全確保

ハザードマップで以下の
「3つの条件」を確認し
自宅にいても大丈夫かを
確認することが必要です。

——— 想定最大浸水深

※土砂災害の危険がある
区域では立退き避難が
原則です。

ここなら安全！

「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない
(入っていると…)

流速が速いため、
木造家屋は倒壊する
おそれがあります

地面が削られ家屋は
建物ごと崩落する
おそれがあります

② 浸水深より居室は高い

3・4階	5m～10m未満 (3階床上浸水～4階軒下浸水)
2階	3m～5m未満 (2階床上～軒下浸水)
1階	0.5m～3m未満 (1階床上～軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢でき、
水・食糧などの備えが十分
(十分じゃないと…)

水、食糧、薬等の確保が困難になる
ほか、電気、ガス、水道、トイレ等の
使用ができなくなるおそれがあります

※①家屋倒壊等氾濫想定区域や③水がひくまでの時間(浸水継続時間)はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。

豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊する場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分に確認して下さい。

出典：「避難情報に関するガイドラインの改定（令和3年5月）」（内閣府）
(https://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3_hinanjouhou_guideline/)

(6) 災害時の情報入手先

内 容	QRコード等
防災情報電話案内サービス 防災行政無線の放送内容を聞くことができる。	0120-077-199
和歌山市防災情報メール 防災行政無線の放送内容をメールで確認することができる。	
和歌山市ホームページ	
和歌山地方気象台ホームページ	
関西電力停電情報	
和歌山県防災ナビ 避難に役立つ機能を備えている。 ・ 避難先検索 ・ 避難カードの共有 ・ 家族の居場所確認 ・ ルートナビ ・ 避難トレーニング ・ 防災情報通知	

(7) 紀伊地区内防災士資格取得数 (補助金使用)

18人

(8) 紀伊地区防災資機材リスト

物 品	数 量	保管(設置)場所
アルミブランケット	300枚	
モバイルバッテリー	1個	
ソーラーパネル	1個	
充電式LEDスタンドライト	1個	
ライトスタンド	1個	
バッテリー	1個	
充電器	1個	
充電式ワークライト	1個	
倉庫	1	

(9) 災害「備え」チェックリスト

【非常用持ち出し袋】

～ 避難の際に持ち出すもの ～



- いざというときに速やかな避難ができるように、必要最小限のものをリュックサックなどにまとめておきましょう。
- 家族構成を考えて他に必要なものがあれば用意しておきましょう。

飲料水・食料(最低1日分 飲料水/500mlペットボトル2本 食料(調理不要なもの/3食分)

- 飲料水
- 食料 (アルファ化米・乾パン・レトルト食品・飴・チョコ・固形栄養食など)
- ヘルメット
- 衣類・下着
- レインウェア
- 懐中電灯
- マッチ・ろうそく
- 携帯トイレ
- ビニール袋
- 予備電池
- 軍手
- 救急用品(絆創膏等)
- 洗面用具
- 携帯ラジオ
- 携帯充電器
- タオル
- アルミブランケット
- 筆記具
- ホイッスル
- 緊急連絡先カード

《感染症対策にも有効です!!》

- マスク
- 体温計
- 消毒用アルコール
- ウエットティッシュ
- ハンドソープ

【子供がいる家庭の備え】

- ミルク
- 哺乳瓶
- 離乳食
- 子供用紙おむつ
- 携帯用お尻洗浄機
- おしりふき
- 子供の靴
- 抱っこひも
- 携帯カトラリー
- ネックライト
- 衣類

【女性の備え】

- 生理用品
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋
- 防犯ブザー
- ポンチョ (携帯トイレ用)

《一緒に持出しましょう!!》

- 現金
- 通帳
- 免許証
- 健康保険証
- パスポート
- マイナンバーカード
- 常備薬
- お薬手帳
- 健康の維持管理上必要なもの

【非常備蓄品】

～自宅に備えておくもの～

- 非常備蓄品として、飲料水・食料、その他生活用品を自宅に備えておきましょう。
- 7日間分を目安に備えましょう。

- 飲料水
- 食料 (アルファ化米・乾パン・レトルト食品・飴・チョコ・固形栄養食など)
- 毛布
- ラップ
- 簡易トイレ
- トイレットペーパー
- カセットコンロ
- ウエットティッシュ
- ポリタンク
- ビニール袋(大・中・小) 等



