



さいたま暮らしの情報誌  
Information for Living in Saitama City  
Folleto de Información de Vida en Saitama  
No. 58 (SEP. 2017)

大きな地震に備えて③

Preparing for a big earthquake③  
Prepárese para un gran terremoto . . . capítulo 3

家は危険、急いで避難しなければ！

何を持って行けば良いの？

Your home isn't safe. You need to evacuate fast! What should you take with you?



¡Es peligroso quedarse en casa. Hay que evacuar pronto!

¿Qué debemos llevar?

【発行元】 公益社団法人さいたま観光国際協会 (STIB) 国際交流センター (IEC)  
場所：さいたま市浦和区東高砂町11-1 コムナーレ9階 (JR浦和駅東口 浦和パルコ上)  
TEL:048-813-8500 FAX:048-887-1505 E-mail:iec@stib.jp URL:http://www.stib.jp/kokusai

【Published】 The Saitama Tourism and International Relations Bureau (STIB), International Exchange Center (IEC)

【Place】 Comunale F9 (JR Urawa Stn East Exit, above Parco), Higashi Takasago-cho 11-1, Urawa-ku, Saitama City

【Publicado por】 Buró para el Turismo y las Relaciones Internacionales de Saitama (STIB), Centro de Intercambio Internacional (IEC)

【Domicilio】 Piso 9 de Comunale, 11.1 Higashi-Takasago-cho, Urawa-ku, Saitama

地震はいつ、どこで発生するか予測が難しい災害です。近年、日本は地震だけでなく、大雨による洪水や、山崩れによる大きな被害もたくさん起きています。また、台風による災害も毎年発生しています。大雨や台風情報は予報で確認できますが、大きな被害を及ぼすので注意が必要です。

各種の災害に備え、国や地方自治体はいろいろな対策を立てていますが、みなさんの家庭においても、いろいろな対策が必要です。災害にあった時の備えとして、

## 「非常持出袋」を準備しましょう

☆ 「非常持出袋」とは、災害に備えて必要なものをまとめて、入れておく袋です。すぐに持って避難できるように、取り出しやすい場所に保管します ☆

非常持出袋の準備ポイント “小さく、軽く！”

家族構成によって、何が必要なか話し合い、避難についてシミュレーションして用意する。  
例：赤ちゃん・病人・高齢者がいる、食べ盛りの子どもがいるなど



必要な物の優先順位を決める

定期的に中身をチェックし、季節によって変える（夏・冬）

両手が使えるリュック型の袋が便利

### 非常持出袋の内容例

#### 貴重品

- 現金（小銭も）
- 健康保険証と運転免許証のコピー
- 貴重品リスト
- パスポート、貯金通帳、保険証書、権利証などの番号を書いた紙



#### 食料

- 飲料水
- 非常食（缶詰、レトルト食品、乾燥食品）
- ミルク、離乳食

#### 衛生用品・医薬品

- 下着、着替え ・メガネ
- タオル ・トイレトーパー
- ウェットティッシュ ・常備薬
- 歯磨き用品 ・生理用品
- 紙おむつ ・携帯トイレ
- 応急手当セット（包帯、絆創膏など）

#### 身を守るもの

- 軍手 ・マスク ・ヘルメット
- 懐中電灯 ・携帯ラジオ ・乾電池
- 携帯充電器 ・雨具 ・地図
- 新聞紙 ・ビニール袋（大、小）

ライフライン（電気・ガス・水道）が止まった時に備え、下記のものも準備しておきましょう。

- カセットコンロ（カセットガス） ・ランタン ・ウオータータンク（たたんでおき、水を運ぶ）
- ラップフィルム（食器にかぶせる） ・飲む以外の水（1人1日3ℓ）

※ 玄関など、すぐに持ち出しできる所に置きましょう