在宅避難で注意すべきこと。

【ハザードマップで安全性を確認】

①津波浸水エリアではないかを事前に確認

②土砂災害警戒区域ではないか事前に確認

③内水氾濫区域ではないことを事前に確認



【周囲に危険はないかを確認】

①隣家で火災が発生していないかを確認

②近くの電柱、大木が倒れかかってくる恐れがないか



【家自体が安全かを確認】

①家が傾いていないか確認

②柱が傾いていないか確認

③ガラスの散乱していない

④寝室・リビングにガラスの散乱がなく安全が保たれているか

⑤外壁、屋根、家の土台は大丈夫か



【トイレは、簡易トイレを使用する】

下水管が破損している可能性があるので、確認が取れるまでは、簡易トイレを使用する。

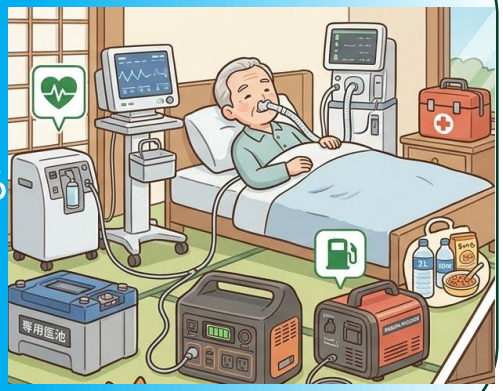


【家族の健康に不安はないか確認】

①医療機器の電源が確保できる。

②常備薬が数日分以上ある

③室温の管理をインフラなしで生活できる工夫ができる。



【食料や水の備えがある】

①水は一人1日3ℓを3日分できれば1週間分備蓄がある。

②食料は、日常的に食べているレトルト食品や缶詰、乾麺を多めに買い置きし古いものから食べる



在宅避難で必要なもの。

在宅避難備蓄品	飲料水	1人1日3ℓを三日分（できれば7日分） 
	生活用水	残り湯、水ポリタンク 
	非常食	缶詰、レトルト食品、乾麺 
	衛生用品	簡易トイレ、ウエットティッシュ 
	電源・照明	ポータブル電源、電池、ランタン 
	調理器具	カセットコンロ、カセットボンベ 
	救急用品	救急箱、持病の薬  

塩竈市総部部危機管理課（０２２－３５５－６４９１）