

# 中部防災ニュース 令和元年5月号

発行

静岡県中部地域局

電話 (054) 644-9104

メール chubu-kiki@pref.shizuoka.lg.jp

## 災害に備え 備蓄は大丈夫ですか？



熊本地震の発生5日後のコンビニの様子

大規模災害発生後は、食料等を買求める人がコンビニやスーパーなどに殺到し、店舗から商品がなくなると想定されます。

**国からの緊急支援があるから大丈夫なんじゃないの？**



確かにその通りです。大規模災害の発生直後は、正確な情報把握に手間取り、民間の物資供給能力が低下するため、国は支援要請を待たずに、被災地へ物資を緊急輸送します。これを「プッシュ型支援」と呼んでいます。



国の緊急支援物資が被災者に届くまでには、どうしても時間が掛かります。

- 被害が激しい場合、道路も大きなダメージを受け輸送が滞る…
- 支援物資は、様々な場所を経由してくる…

(国) 物資倉庫 → (県) 広域物資拠点 → (市町) 物資集積所 → 避難所 → **避難者**

## だから必要！7日間の備え



食料や飲料水は、被災してからでは手に入らないことを前提に、自前で7日分の確保をしておくことが大切です。また、トイレの水などの生活用水も必要になるので、日頃からポリタンク等に水を貯めておいたり、風呂の水を常に張っておくと、いざというときに役に立つでしょう。食料・飲料水は、「ローリングストック法（回転備蓄）」を活用すると、無理なく備蓄できます。

### 1週間の目安(1人分)

**飲料水**

1日3リットル×7日  
=21リットル

**食料**

3食×7日=21食

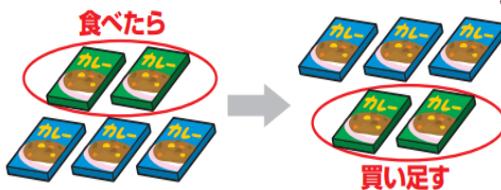
### カセットコンロ・カセットボンベ

あたたかい食事を調理するため備蓄していくとよいでしょう。

ボンベ1本で1.5リットルの  
お湯が約10回つくれます。

### ローリングストック法（回転備蓄）

日常使う食材や非常用の食料品を、消費しながら備蓄していく方法。また、古いものから先に使うように収納を工夫すると上手に循環できます。飲料水などは、家のスペースを活用し、備蓄していきましょう。



7日分もすべて非常食で揃える必要はありません。家の中の食料を活用します。

### 【7日分の内訳】

- 1～2日…冷蔵庫内の食品
- 3～4日…普段使いの缶詰やレトルト品等
- 5～7日…非常食

## 食料だけじゃない！携帯トイレも忘れずに！



備蓄の目安は

1人1日**5回分**×7日=35個

(4人家族なら140個必要)

## どこに保管するのがいいの？

大地震で家屋が倒れても取り出せる場所（屋外倉庫、車のトランク、家の出入り口付近など）に、分けて備蓄しましょう。

# 災害時の連絡手段を確認しよう



大規模災害発生時は、音声通話の集中等により通信回線が混雑し、電話がつながりにくい状態になります。こうした状況での連絡手段を紹介しますので、再確認しておきましょう。

## 災害用伝言ダイヤル(171)

～被災地域内と他の地域を結ぶ声の伝言板～

伝言の録音方法	伝言の再生方法
<ol style="list-style-type: none"> <li>1 <b>171</b> にダイヤルする ▼ガイダンスが流れます</li> <li>2 録音する場合は <b>1</b> 暗証番号を利用する録音は「3」 ▼ガイダンスが流れます</li> <li>3 ( ) 被災地の電話番号*、携帯電話-PHS-IP電話の電話番号をダイヤルしてください。 *市外局番からダイヤルしてください。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 <b>171</b> にダイヤルする ▼ガイダンスが流れます</li> <li>2 再生する場合は <b>2</b> 暗証番号を利用する再生は「4」 ▼ガイダンスが流れます</li> <li>3 ( ) 被災地の電話番号*、携帯電話-PHS-IP電話の電話番号をダイヤルしてください。 *市外局番からダイヤルしてください。</li> </ol>

## 災害用伝言板(web171)

～家族等の安全をインターネット上で確認～

登録方法	閲覧方法
<ol style="list-style-type: none"> <li>1 <a href="https://www.web171.jp">https://www.web171.jp</a> にアクセス</li> <li>2 電話番号を入力 ( ) 被災地の電話番号*、携帯電話-PHS-IP電話の電話番号を入力してください。 *市外局番から入力してください。</li> <li>3 画面の指示に従って、<b>文字</b>による伝言を登録してください</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 <a href="https://www.web171.jp">https://www.web171.jp</a> にアクセス</li> <li>2 電話番号を入力 ( ) 被災地の電話番号*、携帯電話-PHS-IP電話の電話番号を入力してください。 *市外局番から入力してください。</li> <li>3 画面の指示に従って、<b>文字</b>による伝言の追加登録をしてください</li> </ol>

※NTT 西日本災害用伝言ダイヤル HP の内容を参考に作成しています。

## 安否情報まとめて検索「J-anpi」

「電話番号」または「氏名」を入力することで、各通信事業者の災害用伝言板および報道機関、企業・団体が提供する安否情報を対象に一括で検索し、結果をまとめて確認することができます。

詳しくは、ホームページでチェック！




あらかじめ家族や職場で話し合いをして、複数の連絡手段を確保しましょう！

# お肉の加熱不足による食中毒に注意しましょう！

これからの時期、家族や職場の仲間とキャンプやバーベキューを楽しむ方も多いと思いますが、お肉の加熱不足による食中毒には要注意！  
生肉には「腸管出血性大腸菌（O157、O111 など）」や「カンピロバクター」などの食中毒を引き起こす細菌が付着していることがあります。  
食中毒を防いで、お肉を安全に食べるためのポイントを紹介します。



## お肉を安全に食べる5つのポイント



- ・ 生肉は購入してから調理するまで 10℃以下の低温で保存する
- ・ 生肉や内臓は十分に加熱して食べる
- ・ 生肉を扱ったトングやお箸は食べるときに使わない
- ・ 生肉をさわったら手をよく洗う
- ・ 生肉を切った包丁やまな板はよく洗う



症状が  
でた時は



細菌による食中毒は、下痢、腹痛、嘔吐、発熱、倦怠感などの症状が見られます。  
抵抗力の弱い子どもや妊婦、高齢者は、症状が重篤になる場合があるので、食中毒と思われる症状がみられたら、早めに受診をしましょう。



参考：政府広報オンライン