

防災・災害時対策品 ピックアップ

主に福祉用具便利帖Vol.42に
掲載された商品のうち、災害時に有用な
製品をピックアップ、まとめました。
災害対策の準備にご参考にしてください。



食料・水

マジックライス ななこめつつ(20袋)

7年間の長期保存が可能な非常食です

982701

白飯
6,696円
税抜6,200円

五目ご飯
8,640円
税抜8,000円

わかめご飯・
青菜ご飯
7,776円
税抜7,200円

■味/白飯、五目ご飯、わかめご飯、青菜ご飯

■梱包サイズ/22×33×13cm ■重量/1.9kg

●熱湯の場合7分、水(20℃)の場合40分で、できあがります。
●安定性のある袋がそのまま容器になり、スプーン付きで、どこでもお召し上がりいただけます。

➡便利帖42号 P297-⑪



エバースマイル とろみ飲料

既に均質なとろみが付いているので
そのまま飲めるとろみ付き飲料



740503 169円
税抜157円

■内容量/275g

■エネルギー/りんご:28kcal(100g当たり)

スポーツドリンク:23kcal(100g当たり)

緑茶:7kcal(100g当たり) ほじ茶:6kcal(100g当たり)

●時間が経っても均質な粘度で安心安全。ホットでもコールドでも均質なとろみを保ちます。
●とろみの粘度:うすいとろみ ※日本摂食・嚥下リハビリテーション学会 嚥下調整食分類2021

➡便利帖42号 P220-③

災害備蓄用パン(1ケース24缶入り)

やわらかでやさしい小麦の風味が
豊かなパンです



675133

12,960円 税抜12,000円

■タイプ/黒豆、オレンジ、プチヴェール、クランベリー&ホワイトチョコ

■内容/1缶2個入り、1ケース24缶入り

■カロリー/1缶当たり(100g)、約350kcal

●やわらかなまま5年間保存が可能。災害時の備蓄用として最適。

●防腐剤・脱酸素剤不使用。

➡便利帖42号 P297-⑤

あんしん保存水

災害・非常用に5年の
長期保存が可能な飲料水



204008

■原材料/水(鉱水)

■栄養成分(100mlあたり)/エネルギー 0kcal、たんぱく質 0g、脂質 0g、炭水化物 0g、ナトリウム 0.95mg、カルシウム 0.45mg、マグネシウム 0.15mg、カリウム 0.1mg

➡便利帖42号 P297-④

●あんしん安全な製法
外界から遮断された地中深くの天然水を採取し、ミクロフィルターで除菌。さらに超高温殺菌を施すことでフィルターでは除けないウイルスにも万全。

●赤ちゃんにも安心
硬度17の軟水なので赤ちゃんの調乳用の水としても安心。

●長期保存可能な容器
バリア性の高い肉厚で丈夫な耐熱性容器を使用し、長期の積重ね保管が可能。

医薬・薬品

シチズン 手首式血圧計(CHWM541)

本体薄さ約15mmと
薄型設計で持ち運びに便利



976103

7,700円 税抜7,000円

■重量/約86g(電池含まず) ■原産国/中国

●90回分メモリーし、最新の測定値3回平均を自動表示。

➡便利帖42号 P261-⑫

管医 電池単4x2(付属)

ユニコパルス オキシメーター(50D1)

耐衝撃性に優れたシリコンカバー付き



856503

13,200円
税抜12,000円

■重量/約90g(電池含む) ■原産国/中国

●1ボタンタイプで操作が簡単。

●明るく見やすい有機ELディスプレイ採用。

➡便利帖42号 P263-⑬

特管 電池単4x2(付属)

感染対策にも配慮した救急セット

●東京商工社

感染対策も可能な20人用の救急セット



372318
27,500円
税抜25,000円

●災害時に役立つブランケットとエアマットも入れました。
➡便利帖42号 未掲載

エラスコット

●アルケア

オールコットン弾力包帯



940085

2号(5cm×4.5m)×6巻

1,650円 税抜1,500円

3号(7.5cm×4.5m)×6巻

2,354円 税抜2,140円

■素材/綿100%

●独自の強熱加工を施した綿糸が優れた弾力性を発揮します。
●強い固定力が必要な場合に適しています。

➡便利帖42号 P296-① 2号・3号・4号(20/C)、7号(10/C)

4号(10cm×4.5m)×6巻

2,948円 税抜2,680円

7号(17.5cm×4.5m)×6巻

4,939円 税抜4,490円

ディップエイド® プラス

●竹虎

手指関節のさまざまなトラブルの緩和に



920569

1,320円 税抜1,200円

■1箱入り数/1枚入×30包

■材質/ポリエチレン・アクリル系粘着剤

●手指関節の運動抑制、固定に。手指関節用テーピングとしても。
●一般医療機器届出番号:14B3X10016000033

➡便利帖42号 P295-①①

(10/C) 在

衣類・寝具

足まもりっば

●コジット

洗える防災用スリッパ



非常時に足裏を守ります

458578

2,178円 税抜1,980円

■カラー/M:ブラウン、L:ブラック

■適応足サイズ(約)/M22.5~24.5cm、L25~27cm

●釘を通さない特殊シートを底面に内蔵。

●非常時にガラスなどから足を守ります。

➡便利帖42号 P298-②

M:ブラウン



L:ブラック



在

ティコブ ワンタッチ肌着(長袖)

●幸和製作所

幅広の後ろ身でゆったり



紳士用

307003

婦人用

307004

M・L 2,640円 LL 3,025円
税抜2,400円 税抜2,750円

■素材/綿100%

➡便利帖42号 P46-③

ゆったり5本指 すべり止めソックス

●神戸生絲

履き心地ゆったり。指先ですべり止め付き。
指がムレにくい5本指タイプ

紳士用(5505)

921264

990円

税抜900円

婦人用(3305)

921085

880円

税抜800円



グレー

ピンク

ネイビー

ベージュ

■サイズ・カラー/紳士25~27cm(グレー・ネイビー)

婦人23~25cm(ピンク・ベージュ)

■素材/綿、アクリル、ナイロン、ポリウレタン

●縫い目は外側になっています。

➡便利帖42号 P48-⑧



コンパクトあったかフリース

●ポウエキ

袖付で身体全体を
暖かく包みやす



493108

2,750円

税抜2,500円

■サイズ/110×210×1cm

■重量/約633g

■材質/ポリエステル

●長期保存タイプのコンパクトフリースです。

●大人もゆったり、BIGサイズのフリースです。

➡便利帖42号 P300-⑤

在

長袖パジャマ 紳士/婦人 通年用

●ゲンゼ

着心地のよいスムーズ素材



937049

S・M・L 8,580円

税抜7,800円

■カラー/ブルー、グレー

■素材/綿100%

➡便利帖42号 P39-⑬、⑮

937103

S・M・L 8,580円

税抜7,800円

■カラー/クリーム、ピンク

■素材/綿100%

抗菌防臭・消臭パイプ枕

●イケヒココーポレーション

洗える+ムレにくい高さ調整可能



739010

4,400円

税抜4,000円

■品質/側地:ポリエステル 中材:ポリエチレン100%

➡便利帖42号 P28-③



●ムレにくいメッシュ生地。



●やわらかいポリエチレンパイプ使用。

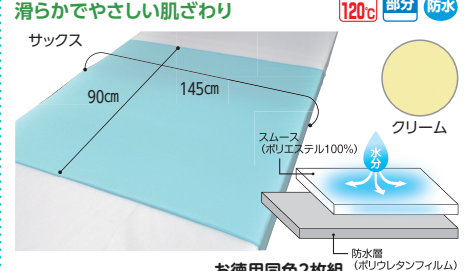
●Wファスナーでこぼれにくい。

➡便利帖42号 P28-③

スタンダード防水シート やさしいスムーズ片面

●ウェルファン

肌着やTシャツと同じ素材の、
滑らかでやさしい肌ざわり



9574

2,068円

税抜1,880円

■素材/ポリエステル100%

●伸縮性があり、ズレにくい。

➡便利帖42号 P24-①

お徳用同色2枚組

9576

3,960円

税抜3,600円

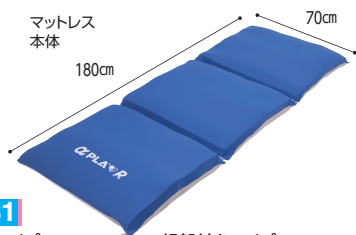
●シワになりにくく、乾きやすい。

在

アルファプラR

エア+ウレタンのハイブリッドマットレス

●タイカ



ポンプは災害時でも安心の電気を必要としないエア注入式

664131

担架なしタイプ

30,800円 税抜28,000円

担架付きタイプ

42,900円 税抜39,000円

■サイズ／長さ180cm×幅70cm×厚み8cm(担架付きは10cm) ■重量／担架なし:約2.4kg、担架付き:約3.4kg

■材質／(中身)マットレス部:ポリウレタンフォーム、エアセル部:ポリウレタン

(カバー) 上面:ポリエステル、下面:ポリエステル、綿、

エアポンプ:(中身)ポリウレタンフォーム、(カバー)ポリウレタン、担架:(担架シート)ナイロン、(持ち手)ABS樹脂

●担架の適応体重は100kg以下となります。

➡便利帖42号 P300-3

直

リバーシブル 防災シート

●朝日電器

1枚で2つの保温効果



985181 748円 税抜680円

■サイズ／140×210cm

■材質／ポリエステル(アルミ蒸着フィルム)

●金色の面を外側になると太陽光を集めるので暖かさが増し、銀色の面を外側になると外からの熱を遮断する効果があります。

●防水効果もあります。

➡便利帖42号 P300-4

在

紳士用キルト前開き長袖(BM1) 婦人用キルト前開き長袖(BM2)

●神戸生絲

中綿キルトのあったか肌着(秋冬用)

紳士用

921154

婦人用

921155

M・L 3,960円 税抜3,600円

LL 4,180円 税抜3,800円



■カラー／オフホワイト

■サイズ／M、L、LL

■素材／表・裏:綿100%、中わた:ポリエステル100%

●マジック式

➡便利帖42号 P45-3

在

赤外線灯油ヒーター サンストーブSSN5

●東京商工社

赤外線で360度暖かく、立ち上がりの早いエコで強力なストーブ



372319

177,100円 税抜161,000円

➡便利帖42号 未掲載

直

情報・通信機器

特定小電力トランシーバー(ミドルアンテナ) 型番DJCH202M

●アルインコ

ビジネス用11chとレジャー用9ch、合計20chを実装、他社製9/11/20ch機とも基本的な通話が可能なシンプルタイプ



456456

21,780円 税抜19,800円

➡便利帖42号 未掲載

さすだけ充電 ラジオライト2

●ドリテック

手回し充電対応のラジオライト



奥行7.7cm

155065 5,071円 税抜4,610円

■カラー／ブラック ■重量／約292g

●ラジオ・サイレン・ライト・充電の4way。

●USBから充電への充電及び乾電池の使用も可能。

➡便利帖42号 P298-9

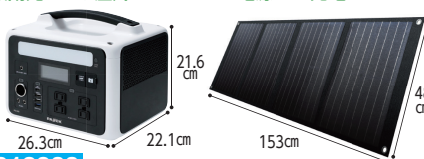
電池単3×4(別売) 在

予備電源

ポータブル電源 PS-600/ ポータブル電源用ソーラーパネル

●パオック

充放電回数2,000回の長寿命／太陽光により屋外でポータブル電源への充電ができます



312206

132,000円 税抜120,000円

■重量／9.3kg

●定格出力:600w ●出力:AC100V(60Hz)×4、DCジャック10A×2、USB-A 5V×2.4A、USB-A急速・USB Type-C ●バッテリー:リン酸鉄系リチウムイオン電池 ●充電時間:9~10時間 ●充放電回数:2,000回 ●付属品:ACアダプター(充電用)、ジャンプスターターケーブル(自動車起動用)、シガーソケットアダプター(充電用)

➡便利帖42号 P300-10

312207

75,625円 税抜68,750円

■重量／4kg

●折りたたみ時サイズ／48×37cm

●折りたたみ式で携帯に便利。

●ソーラーパネルからの直接充電も可能。

●付属品:DCケーブル、取扱説明書、保証書。

直

インバーター発電機HT-1700

●パオック

エコモード搭載で省エネルギー



312202 165,000円 税抜150,000円

■重量／22kg

●インバーター搭載で、家庭の高品質な電源と同等の電気を発電。

●必要電力が少ないときモーターの回転を下げ、ガソリンの消費を抑えます。

●連続使用時間約3~5時間。

➡便利帖42号 P300-10

直

衛生用品・ 感染予防

スタンダード グローブW

●ウェルファン

極薄タイプで素肌感覚



粉無 100枚入

910

1,078円 税抜980円

- サイズ / S、M、L ■カラー / 半透明
- 材質 / ポリ塩化ビニール ■原産国 / 中国
- ゴムアレルギーの方も安心して使えます。

➡ 便利帖42号 P285-①

(20/C) 在

Gユニチャーム N95マスク

●ユニ・チャーム

米国NIOSH規格認証N95マスク



882257

10,615円 税抜9,650円

- サイズ / ふつう:7.5×24cm、小さめ:7.5×20.5cm
- カラー / 白 ■箱 / 50枚入

- 遮断性と息のしやすさの両方を実現。
- 米国試験材料協会規格level1に準拠のマスク。
- 個包装タイプで衛生的。

➡ 便利帖42号 P287-⑪

(10/C) 在

ユニ・チャーム サージカル プリーツマスク

●ユニ・チャーム

4層構造のプリーツタイプ
サージカルマスク



白(ふつう・小さめ)

882258

1,650円 税抜1,500円

- サイズ / ふつう:9×17.5cm、小さめ:9×16cm
- カラー / 白(ふつう・小さめ)、ブルー(ふつう) ■箱 / 50枚入
- PFE(微粒子透過率)99%、BFE(細菌透過率)99%。
- 耳かけ部が痛くなりにくいので、長時間使用可能。

➡ 便利帖42号 P286-⑧

4PLY (20/C) 在

PEエプロンN

●ファーストレイト

防水性があり感染リスクの
軽減が図れます



482189

1,100円 税抜1,000円

- カラー / ホワイト、ブルー、ピンク、ラベンダー
- サイズ / 前中心丈:92cm 身巾:71cm
- 材質 / ポリエチレン ■箱 / 50枚入
- まとわりつきにくいエンボス加工を施しています。
- 1枚ずつ折ってあり、ポップ式で直接取り出し可能です。
- 首の後ろにスリット入りの為、脱ぐ時に引っ張って切ることが容易に出来ます。

➡ 便利帖42号 P288-②

(40/C) 在

竹虎® ビニールエプロンCP

●竹虎

医療・介護・日常生活での
様々な感染対策に



920550

1,540円 税抜1,400円

- 入り数 / 20枚入/箱 ■カラー / ブルー
- サイズ / フリーサイズ ■材質 / ポリエチレン

- 親指を通すサムフック付きで、袖のスレがりを防ぎます。
- 首後ろは脱ぐ際に引っ張って切ることができるスリット入り。

➡ 便利帖42号 P288-⑤

(16/C) 在

感染防護基本セット

●竹虎

感染対策に必要なアイテムが1袋に



920504

19,800円 税抜18,000円

- 重量 / 4.8kg
- 材質 / キャップ:ポリプロピレン・ポリウレタン・ポリエステル、シールド付マスク:ポリプロピレン・ポリエステル・ポリウレタン・ポリウレタン、シュアーカバー:ポリプロピレン、ガウン:ポリエチレン、グローブ:PVC
- セット内容:●40袋入+ソフトラメンALC(60包入)2箱[1袋内容]キャップ1枚・シールド付マスク1枚・グローブMサイズ2枚・シュアーカバー2枚・ガウン(ビニールエプロン)1枚

➡ 便利帖42号 P287-⑬

在

エリエール 除菌できる アルコールタール

●大王製紙

アロエエキスを配合。新開発やわらか取り出し口



875347

本体(100枚入)

770円 税抜700円

- 寸法 / 13cm×20cm ■成分 / エタノール、水、PG、他3成分含有
- アロエエキスを配合。

※すべての菌を除去できるわけではありません。

➡ 便利帖42号 P292-⑥

本体(12/C)

詰替(24/C) 在

業務用MAX 45L 100枚BOX

●ジャバックス

狭いスペースにスッキリ収納!



687501

45L 1ケース(6箱入)

7,260円 税抜6,600円

➡ 便利帖42号 未掲載

直

アラ! ドライナリシグ

●フェニックス

お湯のいらない全身清拭料



902053

550ml

1,320円 税抜1,200円

- 香り / オレンジ精油の香り
- 成分 / オーガニックココナッツオイル、グリチルリチン酸2K(甘草由来)
- 拭くだけでお風呂に入ったようなさっぱり感。
- 汗、皮脂、ニオイも泡でスッキリ。

➡ 便利帖42号 P184-⑬

4L

4,950円 税抜4,500円

泡 全身タイプ 弱酸性 在

ふくだけ簡単 シャンプーナップ

●ビジョントヒラ

髪の手入れも拭くだけでOK



682300

550円 税抜500円

- サイズ / 20cm×23cm
- 袋 / 30枚入

- 水を使わず、拭きとりも不要なシャンプー用ウェットティッシュです。
- ほのかなシトラスの香り。

➡ 便利帖42号 P184-⑤

(10/C) 在

からださわやか 清拭タオル

●ビジョントヒラ

タオルのように楽に拭き取り可能



836015

550円 税抜500円

- 袋 / 30枚入
- サイズ / 40×30cm
- 植物性保湿成分(ニンジン根エキス)配合。

➡ 便利帖42号 P189-⑪

ノンアルコール 無香料 在

ウィル・ステラVH

幅広い微生物に効果大

●サラヤ

効果的な
使用シーン
手 指

指定医薬部外品

975081

60mL **814円** 税抜740円

1L **4,554円** 税抜4,140円

5L **20,328円** 税抜18,480円

■有効成分／エタノール76.9～81.4vol%

●3種類の保湿剤を配合。

➡便利帖42号 P289-⑥ 60mL (80/C)、1L (10/C)、5L (3/C) **在**

消毒

オ・サンポレット

簡単組立、お出かけ時緊急用に

●総合サービス



467004 **11,440円** 税抜10,400円

■材質／ポリプロピレン、低発泡ポリシート

■サイズ／組立時:41×41×40cm、梱包時:43×8.5×43cm

■耐荷重／100kg

●コンパクトに折りたたんで持ち運べます。

●青い便座にワンズケア介護・防災兼用を巻いて使用。

➡便利帖42号 P299-③

在

思いやり優花S

洗わない、臭わない、捨てるだけ

●パケツ洗いが要らないトイレです

●臭いの悩みもしっかり解決します

●優花S用パックによる密封効果で、使わ

ない時の臭いを抑えます。

※優花S用パックは(30枚入り)1パックを付属しています。

●優花S用パックは廃棄が簡単です

●おもしろい優花Sから優花パックを取り出し、

ゴミ箱にポイ!と捨ててだけ

ミシン目に沿って切り、袋を縛る紐として利用で

きます。



3160 **85,800円** 税抜78,000円

■重量／約16kg
■TAISコード 00082-000031

➡便利帖42号 P59-①

在

優花用 パック

※紙オムツと同じ方法で廃棄処理できます。

優花S用パック

(30枚入り)

3161

4,180円

税抜3,800円

■吸収量／約1,000cc

●樹脂製止め具にはさみ込む(6ヶ所)だけで

簡単に取り付けられます。

●消臭機能つき。

●1～2日に1度のお取替えでOK。

追加ポリマーシート

(100枚入り)

390

2,200円

税抜2,000円

■吸収量／約200cc

●1枚で約200cc吸収量を増やせます。

➡便利帖42号 P299-② **在**

エリエール ペーパータオル スマートタイプ シングル 小判、中判

食材にも安心して使用できます

●大王製紙



875328

小判 **7,438円**

税抜6,762円

中判

中判 **5,973円**

税抜5,430円

■サイズ／小判:17cm×21cm、中判:23cm×21cm

■材質／パルプ100% ■パック入数／200枚

■ケース入数／小判:42パック、中判:30パック

➡便利帖42号 P293-⑫

ケース販売 **在**

エリエールティッシュ 180W5P

キメ細やかでなめらかな
肌ざわり

●大王製紙



875378

8,844円 税抜8,040円

■パック入数／360枚(180組)×5箱

■ケース入数／12パック

●独自の柔軟剤配合比率により、キメ細やかな肌ざわりを実現。

➡便利帖42号 P293-⑥

ケース販売 **在**

避難・移動

でるキャップ

頭で押して、3秒装着

●タイカ



コンパクトタイプ

664122

4,950円 税抜4,500円

■製品サイズ／コンパクトタイプ:幅26×奥行30×高さ4cm

レギュラータイプ:幅29.3×奥行29.3×高さ4cm

■適応サイズ(頭の外周サイズ)／

コンパクトタイプ:54～62cm、レギュラータイプ: 54～62cm

■重量／コンパクトタイプ:約85g、レギュラータイプ:約120g

■材質／本体:PE樹脂、あご紐:PP樹脂

●防災頭巾の約5倍の高い衝撃緩衝力。

●炎や火の粉から頭を守る高い難燃性。

➡便利帖42号 P298-④

(レギュラータイプは**在**) **在**



レギュラータイプ(10枚入り)

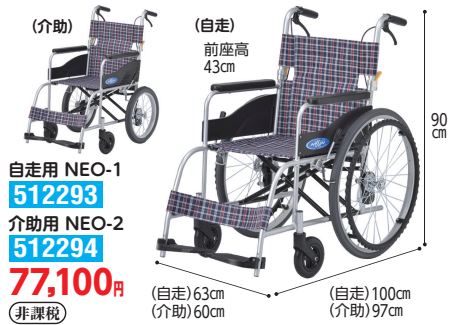
664123

45,100円 税抜41,000円

NEOシリーズ

リーズナブルなノーバンク車いす

●日進医療器



自走用 NEO-1

512293

77,100円

(非課税)

介助用 NEO-2

512294

77,100円

(非課税)

■重量／(自走)12.7kg (介助)11.9kg

■耐荷重／100kg ■材質／アルミ ■座幅、40cm

■TAISコード／(自走)00175-000322 (介助)00175-000323

➡便利帖42号 P98-①

在

タケトラ® クラッチ(2本セット)

ラテックスフリーの
スタンダードタイプ

●竹虎



920404

5,000円 (非課税)

■TAISコード 00110-000126

■握り・横木カバー・杖先・TPR

■支柱／アルミ・PP

●適合ゴムチップ内径／21.5mm

替ゴム 920409

660円 税抜600円

サイズ	品番	全長(cm)	上部〜グリップ(cm)	適合身長(cm)	重量(1本)
SS	038561	78～93	17.5～25.0	121～137	660g
S	038562	94～114	18.0～33.0	137～157	760g
M	038563	114～134	37.5～52.5	157～178	820g
L	038564	134～154	42.5～57.5	178～198	900g

➡便利帖42号 P136-⑫

在

LEDワークライト

●朝日電器

用途に合わせて様々な使い方が可能



広く照らすCOB LED採用



985160 1,846円 税抜1,679円

- 重量／約99g(電池除く)
- 連続点灯時間／パネル：約2時間30分、トーチ：約4時間
- トーチ、マグネット、フック、スタンドと用途に合わせた使い方が可能です。
- ➡便利帖42号 P298-⑧

電池単4×3(別売) 在

段ボールベッド 高さ35cmタイプ

●ナカバヤシ

各種災害の緊急時や避難所生活に



303126

20,570円 税抜18,700円

- サイズ／90×192×35cm
- 重量／8.2kg ■材質／段ボール
- 日本医師会新指针对応。衛生面にも配慮したベッド高さ35cmです。
- 組立には工具やテープは不要でカンタンに組み立てられます。
- 耐荷重200kg。
- ➡便利帖42号 P300-①

立ち上がりやすい高さ35cmのベッド構造

非常時使用エア・ざぶとんセット(2組セット)

●和弘プラスチック工業

ストローで空気を入れることができる災害備蓄用のエアマット

NEW



370501 4,378円 税抜3,980円

- サイズ(使用時)／3枚連結時：約65×190×4cm、単体(枕付き)約65×69×4cm、(枕無し)約65×67×4cm
- 重量／約900g
- 材質／エアざぶとん：ポリエチレン、ストロー：ポリプロピレン、ホック：ポリオキシメチレン
- 1枚で赤ちゃん、2枚でお子さん、3枚でなで大人がゆっくり休めるエアベッドになります。
- 連結方法は、簡単なホックになります。
- ➡便利帖42号 P300-②

3枚連結時

在

災害対策品 Tips

飲食

- 水や食料の大切さは言うまでもありません。栄養不足になると体力、抵抗力が落ちていきます。
- 過酷な状況での癒しとしても大切です。美味しいもの、甘味と喉の渇きを抑えるアメ、粉末のお茶なども人気です。

衛生

- 水道が止まると身体を洗うなどができなくなり不衛生になります。
- なかでも口腔ケアは見逃しがちですが、大変重要です。口腔内に菌が増えると誤嚥性肺炎の危険性が高まります。災害での死者の中には誤嚥性肺炎で亡くなる方も非常に多いのです。

トイレ・排泄処理

- 台風、地震、水害、土砂崩れなどで下水道が破壊されると復旧には非常に時間がかかります。
- 仮設トイレは道路が寸断されると届きません。数も足りません。
- 水もないため清掃できず臭い、不潔により衛生事情が著しく悪化します。
- そんなトイレに行きたくないと体調を崩す人が出てきます。

感染症対策

- 水が貴重になるため、清掃や入浴を控えることとなります。
- 不衛生になるため、普段以上に感染症に気をつけなければいけません。
- 不特定多数が集まる避難所では特に注意が必要です。

医療・救急

- つい忘れがちになりますが、特に代わりのきかない持病の薬などにご注意を。
- 欠かさず服用している薬、目薬なども準備しましょう。
- 視力に不安な方は眼鏡も必須。避難先で見えづらくなる事を想像してみてください。
- 人工呼吸器、喀痰吸引器などの医療機器は一瞬たりと止められません。

避難・避難環境

- 人命救助のタイムリミットと言われているのが「72時間」です。その間は救出・救助活動が最優先されるため、発災から3日間は自分たちだけでなんとか過ごせるような準備が必要です。
- 電気、水道、ガスが止まった時の対応を普段からイメージして対策しておきましょう。
- 通信やシステムが使用できなくなる事も想定できます。固定電話、通信回線のパンク、PCの浸水などにもご注意を。