

● 非常持ち出し品・備蓄品チェックシート

避難時に持ち出すものをあらかじめ準備しておきましょう。家庭の実情にあわせて持ち出し品を決めましょう。重くなりすぎないように、必要最低限のものにまとめましょう。

浸水などにより停電・断水などライフラインが途絶された場合、救助までに時間がかかる可能性があります。最低7日分は備蓄しましょう。日頃から非常用備蓄に努めましょう。

◆ 非常持ち出し品



◆ 非常備蓄品



ローリングストック法
普段から食料品やトイレトーパーなどを少し多めに購入し、古い順に使っていきと備蓄することになります。このサイクルを「ローリングストック法」と呼びます。

POINT

- 貴重品 現金、カード類、預貯金通帳、権利証書、免許証、保険証、印章 など
- 非常食品 乾パン、缶詰など火を通さずに食べられるもの
- 飲料水 持ち運べるようペットボトルに入ったもの
- 応急医療品 常用薬、ばんそうこう、消毒薬、包帯 など
- 懐中電灯 1人1個、予備の電池も
- 携帯ラジオ 予備の電池も
- 衣類・タオル 下着、上着、靴下などの衣類、軍手、タオル、雨具 など
- その他 ティッシュペーパー、ビニール袋、石鹸、生理用品、紙おむつ など

POINT

- 飲料水 1人1日3リットルを目安に用意
- 燃料 卓上コンロ、携帯コンロ、固形燃料 など
- 非常食品 乾パン、缶詰やレトルト食品、栄養補助食品 など
- その他の生活用品 生活用水(風呂や洗濯機に備蓄しておくなど)、ポリタンク、毛布、寝袋、洗面用具、トイレトーパー、なべ、やかん、バケツ、使い捨てカイロ、ろうそく、ロープ、スコップなどの工具、ドライシャンプー、新聞紙、ビニールシート、布製ガムテープ、キッチン用ラップ、ペットフード(ペットがいる場合) など

● 災害用伝言ダイヤル

地震や風水害などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

◆ NTT災害用伝言ダイヤル

「171」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って伝言の録音・再生をしてください。

メッセージの録音

171→ 1 →市外局番から電話番号→メッセージの録音

メッセージを聞く

171→ 2 →市外局番から電話番号→メッセージの再生

◆ NTT災害用伝言板 (web171)

災害発生時にインターネットで伝言情報の登録、閲覧ができます。ホームページ <https://www.web171.jp/>

この他、携帯電話各社で災害用伝言板サービスもあります。

利用方法は、各社ホームページ等でご確認ください。



● 防災メモ

緊急時の家族の連絡先や、連絡方法をあらかじめ決めておきましょう。家族が離れ離れになった場合の集合場所の確認もしておきましょう。

わが家の避難所・避難場所
わが家の集合場所
緊急時の家族などの連絡先

● 防災関係機関

防災関係機関等の連絡先

名称	電話番号	所在地
小坂町役場	29-3901	小坂字上谷地41-1
小坂町役場七滝支所	29-2219	荒谷字沢ノ口16-1
小坂町役場十和田出張所	0176-75-2351	十和田湖字生出
秋田県鹿角地域振興局	22-0456	鹿角市花輪字六月田1
鹿角広域行政組合消防署小坂分署	29-2119	小坂字中前田68-1
鹿角警察署	23-3321	鹿角市花輪字向畑100
鹿角警察署小坂交番	29-2111	小坂字中前田42-3
鹿角警察署十和田湖駐在所	0176-75-2252	十和田湖字大川岱13-6
東北電力(停電・緊急時の問い合わせ)	0120-175-366	—
NTT(故障受付)	※固定電話から113(局番なし)	—
NTT(電話線垂れ下がり等の問い合わせ)	※携帯電話・NTT以外の固定電話から0120-444-113	—

救急医療機関等の連絡先

名称	電話番号	所在地
かづの厚生病院	23-2111	鹿角市花輪向畑18
小坂町診療所	29-5500	小坂鉦山字栗平25-1
大館保健所	52-3955	大館市十二所字平内新田237-1