

非常持出し品・備蓄品

非常持出し品・備蓄品を準備しておきましょう



非常持ち出し袋（リュックサックなど）に入れておくもの

すぐに避難できるように最低限必要なものを非常持ち出し品として準備しておきましょう。

非常持ち出し袋には、両手の空くリュックサックが便利です。重すぎないかどうか、背負ってみましょう。



☐ 飲料 水

☐ 3日分以上の食料 ▶ 食べやすく、保存期間が長く、調理せずに食べられるもの

☐ 貴重品 ▶ 現金（公衆電話用に10円玉）・通帳・印鑑・健康保険証・免許証・カード類など

☐ 救急用品・医療品 ▶ 高齢者や持病のあるかたは常備薬やお薬手帳の写し

☐ 感染症対策グッズ ▶ マスク、アルコール消毒液・ウェットティッシュ、ハンドソープ、体温計など

☐ 懐中電灯・ランタン

☐ 携帯ラジオ

☐ 底の丈夫な靴

☐ 厚手の手袋（軍手）

☐ 雨具・防寒具

☐ 電池式充電器・モバイルバッテリー

☐ 衣類（上着・下着・靴下）

☐ タオル・ハンカチ

☐ 携帯用トイレ（凝固剤使用のものなど）

☐ 洗面用具

☐ ナイフ・缶切り

☐ ティッシュペーパー

☐ ビニール袋

☐ 簡易食器（割り箸、紙皿）

☐ 床に敷くシート

☐ スリッパ・うわばき

☐ 生理用品

☐ 岡崎市水害対応ガイドブック（この冊子）

家族構成や世帯事情に応じて必要なもの

乳幼児 | 離乳食、粉・液体ミルク、おむつ、おしりふき など 疾患のあるかた | 主治医連絡先、持病薬 など

妊婦 | 母子健康手帳、脱脂綿、ガーゼ、新生児用品 など ペット | リード、ケージ、排せつ用品、ペットフード など

高齢者 | 入れ歯、介護食、大人用おむつ など その他 | メガネ、コンタクトレンズ、補聴器、お薬手帳 など

非常用備蓄品

避難所の備蓄品には限りがあります。また、災害発生から数日は、救援物資がすぐに届くとは限らないので、自分や家族の生活必需品を日頃から十分準備しておくで安心です。

☐ 日頃の買い置き ▶ 普段から少し多めに食料や水を買置きし、使った分買い足す（ローリングストック方式）

☐ 7日分以上の食料 ▶ 水を加えて食べられる米（アルファ化米）、缶詰、乾パン、インスタント・レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど

推奨

☐ 飲料 水 ▶ 大人1人当たり1日3リットル

☐ トイレ用品 ▶ 簡易トイレ、汚物保管用容器、トイレ袋、トイレトペーパー

☐ 燃料 ▶ カセットガスコンロ、ガスボンベ、固形燃料

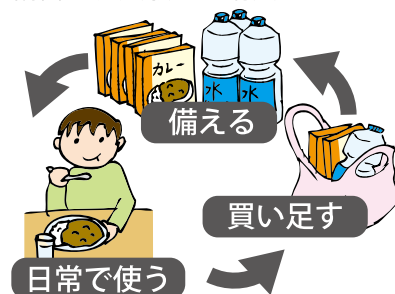
☐ 毛布・寝袋

☐ 衣類・下着 ▶ 洗濯ができないときのため、下着は多めに

☐ 食品用ラップ ▶ 食器に巻いて洗い物をなくす等、便利グッズとしても◎

ローリングストック方式

常に一定量の食料を使いながら備蓄し、無駄なく消費



いつも食べてるものだから、もしものときに元気が出るね！

水道・電気・ガス・トイレなどのライフライン停止に備えましょう。

ライフラインの停止は長期に及ぶ可能性もあります。復旧するまでの数日間のために、飲料水や食料などの備蓄があると安心です。食料は、電気やガスがなくても食べられるものや、カセットガスコンロ等と合わせて備蓄をしましょう。



災害時に役立つ情報

電話がつながりにくい時の連絡方法

体験利用が可能な日

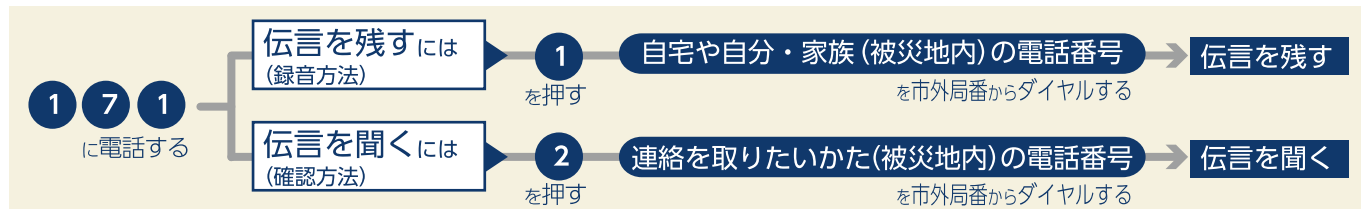
毎月1日、15日、(24時間)、1月1日～3日、(24時間)

防災とボランティア週間(1月15日午前9時～21日午後5時)

防災週間(8月30日午前9時～9月5日午後5時)

災害用伝言ダイヤル 171

災害時には電話がつながりにくくなります。「災害用伝言ダイヤル 171」に電話をかけると、伝言の録音や再生ができます。



災害用伝言板

NTT 及び携帯電話会社各社が提供する「災害用伝言板」は、災害時インターネット接続が可能な場合に利用できます。

Web 171 (NTT)

URL <https://www.web171.jp>

NTT docomo

URL <http://dengon.docomo.ne.jp>

ソフトバンク / Y!mobile

URL <http://dengon.softbank.ne.jp>

au (KDDI)

URL <http://dengon.ezweb.ne.jp>

※災害用伝言板は、大きな災害が発生したときに提供が開始されます。サービスの詳細については、NTT 及び携帯電話会社各社の説明を参照してください

災害時の連絡先・問い合わせ先

災害時は電話がかかりにくい場合があります。

行政機関

岡崎市役所 (災害対策本部)	0564-23-6777	URL	https://okazaki-bousai-portal.transmod.jp/
岡崎市消防本部	0564-21-5151	緊急時	119
岡崎警察署	0564-58-0110	緊急時	110
愛知県庁	052-961-2111	URL	https://www.pref.aichi.jp
西三河建設事務所	0564-23-1211		
愛知県救急医療情報センター	0564-21-1133	URL	http://www.qq.pref.aichi.jp/
国土交通省豊橋河川事務所岡崎出張所	0564-22-1564	URL	http://www.cbr.mlit.go.jp/toyohashi/

ライフラインに関すること

中部電力パワーグリッド株式会社岡崎支社	0120-988-091	URL	https://powergrid.chuden.co.jp/
東邦ガスネットワーク株式会社	052-872-9238	URL	https://www.tohogas.co.jp/nw/
岡崎市上下水道局	0564-52-1510	URL	https://www.city.okazaki.lg.jp/
NTT 西日本 (西日本電信電話株式会社)	113	URL	https://www.ntt-west.co.jp
ひかり電話・携帯電話から	0120-444113		

気象・交通情報

JR 東海 (東海旅客鉄道株式会社)	050-3772-3910	URL	https://jr-central.co.jp
名古屋鉄道	052-582-5151	URL	https://top.meitetsu.co.jp
愛知環状鉄道	0565-33-2931	URL	https://www.aikanrailway.co.jp
名鉄バス岡崎営業所	0564-21-1918	URL	http://www.meitetsu-bus.co.jp
名鉄東部交通バス	0563-79-5522	URL	https://www.meitetsu-toubukoutsu.com
日本道路交通情報センター	050-3369-6666	URL	https://www.jartic.or.jp
日本道路交通情報センター携帯電話短縮ダイヤル	#8011		
中日本高速道路株式会社	0120-922-229	URL	https://www.c-nexco.co.jp
名古屋地方気象台		URL	https://www.jma-net.go.jp/nagoya/