

9月1日は
防災の日



災害に備える

食の備え





在宅避難もできるように3日分(できれば1週間分)備蓄しましょう。

主食

- 米(パックご飯、アルファ米など)
- パン(長期間保存できるもの)
- 乾麺・インスタント麺



 2Kg =  約27食分
※1食0.5合(75g)として

副食

- 梅干し・漬物
- 日持ちする野菜(たまねぎ、じゃがいもなど)
- 野菜ジュース
- 乾物(ひじき、わかめなど)



主菜

- 肉・魚・豆の缶詰など
- レトルト食品
(カレー、パスタソースなど)
- 乾物(高野豆腐、麩など)



その他

- 水・飲料
- 調味料
- インスタントみそ汁・即席スープ
- 缶詰(くだもの)
- 菓子類(チョコレート、ビスケットなど)



ローリングストック

普段の食品をちょっと多めに買い置きしておき、賞味期限の古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。

日頃食べなれたもの食べることができます。

食物アレルギー対応の食品も準備しておきましょう。



備える

いつも食べている食品を!



買い足す

食べた分を補充する!

食べる・飲む

賞味期限が来る前に!

災害はいつ起こるかわかりません。いざというときに、まず自分の身は自分で守る「自助」を念頭に、日頃から災害に対する備えをしておきましょう。

問総務課 ☎388-1111

情報の取得



笠松町が発信する防災情報
(避難情報や緊急情報など)

笠松町公式LINE

登録方法

LINEメニューの友だち追加から
ID「kasamatsu-town」を検索



あんしんかさまつメール

登録方法

「bousai.kasamatsutown@
raiden3.ktaiwork.jp」へメール送信



エリアメール

「笠松町エリアメール」と検索し、
町ホームページを確認
※登録不要



岐阜県が発信する防災情報

災害から命を守る岐阜県民運動公式YouTubeチャンネル

〈確認できる内容〉
災害に備えて自助・共助の知識が
身につく県民向けの動画



視聴方法

YouTubeで「災害から命を守る岐阜県民運動」と検索

岐阜県総合防災ポータルホームページ

〈確認できる内容〉
岐阜県の避難情報など



岐阜県川の防災情報ホームページ

〈確認できる内容〉
河川の水位情報など



家庭の地震対策



▶ 家具の転倒防止

大地震が発生した際は、多くの方が家具の下敷きになり、亡くなったりけがをしたりしています。

少しでも被害を抑えるための対策を取りましょう。

- ・家具が転倒しないように、家具転倒防止器具などを使って壁などに固定しましょう。
- ・寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かないようにし、倒れた際に出入口をふさがないように配置に気を付けましょう。

▶ 建築物の耐震化

建築基準法が定める現在の耐震基準は、昭和56年6月から施行されています。

それ以前に着工された建物は大地震への安全性が低いとされています。

笠松町でも、耐震診断や耐震補強の助成制度などを実施しています。

いつ地震が来てもいいように
今のうちに対策しよう!!

