

“そこでの本当に必要なものはなんですか？”

今回、CSNでは防災士のアドバイスのもとに、本当に必要なものを取り揃えました。

【防災士談】地震が起きた時の注意事項として・・・

- ①地震が起きたら、自分の身の安全が第一です。机の下などで落下物や家具の転倒に注意をする。
- ②家族の安否を確認して、家屋の被害状況や近所の被害状況を確認する。
- ③しばらくは余震が来ることを忘れないで、引き続き家族の身の安全を図る。
- ④余震が収まったら、近くの**一時避難場所**や学校などの**避難所**に向かう。
- ⑤家を出るときは、電気ブレーカーを止め、ヘルメット等をかぶり、**貴重品**と**非常時の持ち出し品**を持って家を出る。(行き先を張り紙に書いておくと良い)
- ⑥調理セットや非常食などは地震が収まってから、取りに行けば良い。



CSNでは地震災害等で避難所に泊まる時の必需品をそろえました。(緑字はセット内容です。)

非常時の持ち出しセットの中には、調理用具や非常食が入っているものが多くあり、実際には必要のないものが入っている避難セットが多く販売されています。そこでCSNでは実際の状況を考慮して厳選しました。また、ご自身愛用の歯ブラシや下着や趣向品などは避難後にご自宅まで取りに行きましょう。

- ①災害時には、すぐに持ち出せるように、**1つのバッグ**にまとめておきましょう。
また、**貴重品**はまとめて一緒に持ち出し、余分なものは、あとで取りに来る。
(**ショルダーバッグ** オリジナルネームプレート付)
- ②家族や友人の安否を確認することと、情報を収集しましょう。
(各自所有の携帯電話、**ホイッスル**、**ダイナモラジオ+携帯充電機能+照明付**、**単三電池**)
- ③避難所がある体育館などでは、**1人約2畳のスペース**を確保しましょう。
(**レジャーシート**、**ガムテープ**、**スリッパ**、**サンダル**、**ライター**、**軍手**)
- ④体育館の床は、**硬くて冷たい**ので対策を施しましょう。
(**エアーマット**、毛布(支給品)、**ひざ掛け**、**保温ポンチョ**、**使い捨てカイロ**)
- ⑤避難所での集団生活を営むための**旅行セット**を、用意しましょう。
(**歯磨きセット**、**救急セット**(絆創膏・消毒綿)、**タオル**、**バスタオル**、**使い捨てブリーフ**又は**ショーツ5枚**、**ゴミ袋**)
- ⑥飲料水やドロップ類は**少しだけ用意**しましょう。
(**長期保存水**、**ドロップ**、**カンパン**)
- ⑦炊き出しの際には、**食器類**を用意しましょう。
*自宅の非常食は災害が収まってから取りに行きましょう。
(**コップ**、**皿**、**箸+フォーク+スプーンセット**、**耐熱ラップ**、**ウェットティッシュ**、**万能ナイフ**)
- ⑧仮設トイレには**行列**ができるので、自宅に戻れる方は自宅で・・・ただし断水有。
(**ポケットティッシュx6**、**簡易トイレセット**、**ゴム手袋**)
- ⑨集団生活では、**夜間の安眠**を確保しましょう。
(**マスク**、**アイマスク&耳栓セット**)
- ⑩給水車が来たら、必要な分だけ確保しましょう。
(**携行水タンク 3L**)
- ⑪非常時の**持ち出し品チェックリスト**(日本赤十字社)と災害時用“**備える、かわさき**”
その他非常用筆記用具 (**なまえペン+貼り付け付箋**)



6つの小袋に分けて収納



*このセットの商品は、予告なく同等品と変更する場合があります。

“CSN 避難所セット” [1名用] 希望販売価格 23,000円(税込)のところ

37種類37点セット **特別価格 16,000円(税込)** 総重量:約5.8kg



販売元 **(社)地域社会支援ネットワーク神奈川** (通称 **シーエスエヌ**)
〒215-0011 神奈川県川崎市麻生区百合丘3-25-11 才沢第1ビル202
TEL: 044-954-7380 FAX: 044-819-7421

<http://cs-network.or.jp/>

