

人と街の想いを受け継ぎ、  
未来へつなぐ



2026年3月9日

## 防災グッズってなにが必要？

防災グッズとして本当に必要なものは、飲料水、非常食、衛生用品、現金、情報収集のためのラジオやモバイルバッテリー、安全対策用品、衣類、救護用品などです。これらは、災害発生時に命を守り、避難生活を送る上で不可欠なものです。

### 必須の防災グッズ

#### 1. 水と食料

飲料水: 1人あたり1日3リットルを目安に、最低3日分、できれば1週間分を準備しましょう。スポーツドリンクや長期保存可能な野菜ジュースも有効です。

非常食: アルファ米、カップ麺、クラッカー、乾パンなど、調理不要で長期保存できるものが適しています。アレルギー対応食も考慮しましょう。

#### 2. 情報収集・通信機器

ラジオ: AM/FM 両方聞ける手回し充電式がおすすめです。

モバイルバッテリー: スマートフォンの充電に必須です。

懐中電灯: 家族1人につき1つ以上、コンパクトなものが良いでしょう。

#### 3. 衛生用品・救護用品

衛生用品: マスク、ウェットティッシュ、携帯トイレ、生理用品など。携帯トイレは1人1日5～8回分を目安に準備します。

救急用品: 絆創膏、包帯、消毒液、常備薬、お薬手帳など。

#### 4. 安全対策用品

ヘルメット・防災ずきん: 落下物から頭を守ります。

ホイッスル: 救助を求める際に役立ちます。

軍手: ガレキ撤去時などに手を保護します。

★その他の重要なアイテム

衣類・防寒具: アルミブランケットや着替えなど、季節に応じたもの。

○準備のポイント

家族構成に合わせる: 乳幼児や高齢者、ペットがいる場合は、それぞれに必要なものを追加します。

防水対策: 防災グッズはジップ付きの袋に入れるなどして、水濡れから保護しましょう。

当社では、お客さまに最適な防災・減災グッズをご提案していますので、ぜひご参考にしてください。