

非常持ち出し品 すぐに避難できるように最低限必要なものを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。



非常持ち出し袋（リュックサックなど）に入れておくもの

- 飲料水 ▶ ミネラルウォーター（500ml ペットボトル）
- 保存食 ▶ レトルト食品、カンパン、缶詰（缶切り）など保存期間が長く、調理せずに食べられるもの
- 貴重品 ▶ 現金（10円玉など小銭があれば便利）、通帳、印鑑、権利証書・健康保険証・免許証等のコピー など
- 医薬品 ▶ 消毒液、胃腸薬、絆創膏、包帯、傷薬、風邪薬、鎮痛剤 など
- 感染症対策 ▶ マスク、アルコール消毒液・ウェットティッシュ、体温計、ハンドソープ、ビニール手袋 など
- 衣類（上着・下着類・靴下・手袋 など）
- 筆記用具
- 懐中電灯（出来れば1人にひとつ）
- 雨具（カッパ、かさ）
- ティッシュペーパー
- 携帯ラジオ
- ヘルメット
- 洗面用具、タオル
- 乾電池（多めに用意）
- スリッパ・うわばき
- 生理用品、簡易トイレ
- 携帯電話用充電器、モバイルバッテリー
- 紙皿、紙コップ、水筒
- ビニール袋、古新聞紙
- 家・車・バイク・自転車のスペアキー
- 食品用ラップ（止血や食器にかぶせて使う）
- 美里町災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 粉ミルク・液体ミルク・哺乳瓶 おむつ おしりふき など
- 妊婦 ▶ 母子健康手帳（予防接種履歴のコピー） ガーゼ 新生児用品 など
- 高齢者 ▶ 入れ歯 介護食 大人用おむつ など
- 疾患のある方 ▶ 主治医連絡先 持病薬 ストーマ お薬手帳 など
- ペット ▶ リード ケージ・キャリーバッグ 排せつ用品 ペットフード など
- その他 ▶ メガネ コンタクトレンズ 補聴器 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、救援物資がすぐに届かないかもしれません。自分や家族の生活必需品を日ごろから十分準備しておくで安心です。

常に備蓄しておくもの

- 日ごろの買い置き ▶ 保存性のよい食料や水を買置きし、消費したら買い足す（ローリングストック方式）
- 食料 ▶ 水を加えて食べられる米（アルファ化米）、缶詰、カンパン、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
- 飲料水 ▶ 大人1人当たり1日3リットル（最低3日分、推奨7日分）
- 生活用水 ▶ タンクで保管など
- 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 ▶ カセットコンロ、ガスボンベ、固形燃料
- 毛布・寝袋 ▶ 狭いスペースでの休息、防寒対策などに
- 食品用ラップ ▶ 食器に敷いて節水対策、包帯の代用、防寒対策などに

災害時、物流が滞ることを想定し、多めに備蓄しておきましょう。

ローリングストック方式

普段食べているものを少しだけ多く買って置き、無駄なく消費

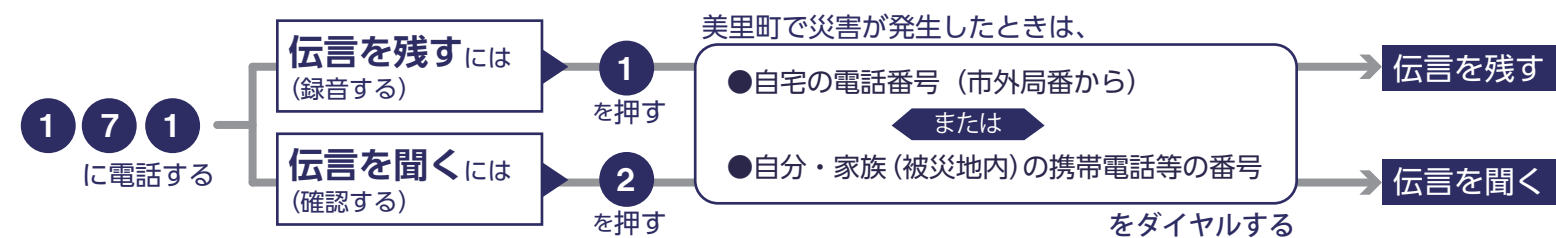


安否確認用の伝言サービス

伝言サービスは、大きな災害が発生したときに提供が開始されますが、体験利用できる期間もあります。日ごろから使い方を確認しておきましょう。

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。



※携帯電話での利用は、ご契約の各通信事業者にお問い合わせ下さい。

災害用伝言板

NTT 及び携帯電話会社が提供する「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/>



ソフトバンク

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



NTT docomo

URL <http://dengon.docomo.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が、体験利用できる期間もあります。日ごろから使い方を確認しておきましょう。

※サービスの詳細については、NTT 及び携帯電話会社の説明を参照してください。

災害時の連絡先

ライフラインの契約会社は各家庭で異なるため、各自で記入しておきましょう。災害時は電話がかかりにくい場合があります。

行政機関

美里町役場（中央庁舎）
0964-46-2111
<https://www.town.kumamoto-misato.lg.jp/>

美里町役場（砥用庁舎）
0964-47-1111
-

熊本県庁
096-383-1111
<https://www.pref.kumamoto.jp/>

宇城広域連合北消防署美里分署
0964-47-1255
<https://www.ukisyobo.or.jp/q/aview/34/1280.html>

宇城警察署（中央駐在所）
0964-46-2150
<https://www.pref.kumamoto.jp/site/police/8641.html>

宇城警察署（砥用駐在所）
0964-47-0200

交通情報

美里バス
0964-47-1111
<https://www.town.kumamoto-misato.lg.jp/q/list/143.html>

熊本バス（中央営業所）
096-378-3447
<https://www.kuma-bus.co.jp/>

産交バス
096-325-1121
<https://www.sankobus.jp/>

麻生交通（乗合バス）
096-282-1234
<http://aso-koutsu.com/>

日本道路交通情報センター
050-3369-6666
<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

ライフライン 契約会社の連絡先をご記入ください

水道：美里町役場水道衛生課
0964-47-1114

電気

ガス

電話

防災・気象情報

気象庁（天気予報電話サービス）177
<https://www.jma.go.jp/>

熊本地方気象台
<https://www.jma-net.go.jp/kumamoto/>

国土交通省防災情報提供センター
<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>

国土交通省防災情報提供センター（携帯電話用）
<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/i-index.html>

家族の連絡先

家族の連絡先を記入しておきましょう。

| 氏名 | 電話 | 住所 |
|----|----|----|
| | | |

| 家族構成 連絡先 | 氏名 | 生年月日 | 電話（携帯・会社・学校） | 住所 | メモ |
|-------------|----|------|--------------|----|----|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |