

Info 6 南海トラフ地震への備え、できていますか？ 「おうちの備蓄」を進めましょう

将来発生が予測されている「南海トラフ地震」では、道路の寸断や物流の停止により、支援物資がすぐに届かない可能性があります。そのとき、自分や家族を守るのは、自宅にある備蓄品です。今から「7日分の備蓄」を進めましょう！

問い合わせ 危機管理課 (☎35-0923)



「7日分の備蓄」はこのくらい必要です！

水 1人1日 + 3ℓ	食料 1人1日 + 3食	トイレ 1人1日 + 5回(目安)	生活必需品 ※

× 7日分
 × 家族分

※おむつ、生理用品、薬、着替え、乾電池など

POINT!

持病がある人、アレルギーをお持ちの人、乳幼児がいるご家庭などは、支援物資では、代わりが効かないものも想定し、備蓄しておきましょう！



POINT!

大きな災害が発生したとき、自宅にいるとは限りません。職場・学校・車内など、よくいる場所にも、ある程度の「備蓄」を準備しておくことが大切です。



まずは「水を1箱多めに買い足す」、「レトルトごはん、缶詰など、ふだん使う食品を少し多めに買って置く」だけでも、立派な備えになります。また、暑くなる季節では、水や食料を備えておくことは熱中症対策にもなります。できることから、備えを進めましょう！

総合防災訓練 実施日程変更のお知らせ

市総合防災訓練は、例年9月に実施していましたが、猛暑による訓練参加者への健康への影響を考慮し、令和7年度から実施日を10月に変更します。それに伴い、自主防災会・地区防災会などの訓練も、10月に連携して行っていただくよう、ご協力をお願いします。 ※市地域防災訓練は、例年どおり12月7日(日)に実施します。

令和7年度実施日 10月5日(日) ※開始時間は、各自主防災会ごとに異なります。