

「日常備蓄」を 進めましょう

～災害発生後の自宅での生活継続のために～



「東京防災」公式キャラクター
防サイくん

 東京都

首都直下地震等の大規模災害に備え、 食べ物や日用品を少し多めに備える 「日常備蓄」を実践しましょう

日常備蓄って
何だろう



「日常備蓄」は、特別な準備を必要とするものではありません。日頃から自宅で利用しているものを少し多めに備えることで、発災時にも自宅で当面生活することが可能になるのです。

東京都で勤めている日常備蓄のイメージ

STEP 1

少し多く購入



STEP 2

使う・食べる



古いものから順に消費

STEP 3

減った分を補充



STEP 4

使う・食べる



常に少し多めの状態をキープ

**災害時に
必要なもの**
(被災地で重宝した品目)

- カセットコンロ
- 懐中電灯
- 簡易トイレ
- 充電式ラジオ

など



女性の場合は、生理用品、乳幼児・高齢者がいる家庭ではオムツなどを常備

自宅で生活する上で必要な食料品や生活必需品を、**日頃から備えておく**ことが大切です！

災害に備えて
備蓄しよう



